

మే 2010
రూ. 20

గృహశోభ

'సౌత్ ఇండియా' టూరిజం స్పెషల్

వేసవి ఫ్యాషన్

దాంపత్యంలో 'సమస్య'ల సంకేతాలు

డిజైనర్ నగల సోయగం

ఫ్యూజన్ సలాడ్

'అమృతారావ్'తో ఇంటర్వ్యూ

ఈ సంచికతోపాటు 'గృహశోభ' ప్రత్యేక అనుబంధం 'కథా సంపుట్' ఉచితంగా అందుకోండి!



Ayur
ఎండ నుండి కాపాడే పాత
పద్ధతుల నుండి ఆయుర్
సన్‌స్క్రీన్‌తో మీరు
విముక్తి పొందండి.
మీ ఆయుర్ సన్‌స్క్రీన్‌ను ఈరోజే పొందండి!
ఆయుర్ సన్‌స్క్రీన్ లోషన్స్ కొత్త శ్రేణులన్నింటినీ పరిచయం చేస్తున్నాం. ప్రమాదకరమైన అల్ట్రావయొలెట్ కిరణాల నుండి మీ చర్మాన్ని కాపాడుకోవటానికి సహజమైన, సదుపాయవంతమైన మార్గం.
ఇప్పుడు మీరు ఎల్లప్పుడూ కోరుకునే విధంగా జీవించండి!
Get a free* SKIN TONE METER with every pack
Sun Check
SUNSCREEN RANGE:
SPF-15, 20,30, 40++ • WATER RESISTANCE & WATER PROOF • SUN BURN GEL • ALOE CLAY SPREAD
*Terms & conditions apply. Available till stock last
Get beauty tips, on Ayur Living India TV Channel's beauty programmes
D M A S 145.03.10


సుభిక్షమైన జీవితానికి
వాసి కలిగిన దుకాణంలో నగలను కొనండి!
వాసి కలిగిన దుకాణం!
శ్రీ కుమరన్
తంగమాళిగై
బంగారం ❖ వజ్రం ❖ ప్లాటినం ❖ వెండి
ది చెన్నై సిల్క్స్ సమీపంలో
65-66, ఉస్మాన్ రోడ్, టి.నగర్, చెన్నై-17 ఫోన్ : 24330888
కోయంబత్తూర్ • తిరుపూర్ • ఈరోడ్ • తిరుచ్చి • కరూర్
షాపుతో కూడిన కార్ పార్కింగ్ వసతి ఉంది. | Shop online at www.sktm.in



ఎడిటర్ మరియు పబ్లిషర్ : పరేష్ నాథ్

'సౌత్ ఇండియా'టూరిజం స్పెషల్

గృహశోభ

మే 2010

సంచిక - 89

శీర్షికలు

ఫ్యాషన్

అందం ఆరోగ్యం

టీవీ-సినిమా

ఈ నెల ప్రత్యేకం

ఈ నెల విశేష రచనలు

ఈ నెల విశిష్ట వ్యక్తి

వంటా-వార్పు











వ్యవస్థాపకులు
విశ్వనాథ్
(1917-2002)

స్థానిక సంపాదకీయ కార్యాలయం : 122, చెనాయ్ ట్రేడ్ సెంటర్, 116, పార్క్‌లేన్, సికింద్రాబాద్ - 500 003. ఫోన్ : 27896947 email : hyd2_delpre@sancharnet.in ప్రధాన సంపాదకీయ కార్యాలయం & వ్యాపార ప్రకటనలు : ఢిల్లీ ప్రెస్ భవన్, ఇ-3, జండేవాలా ఎస్టేట్, రాణి ఝాన్సీ రోడ్, న్యూ ఢిల్లీ - 110055. బ్రాంచి ఆఫీసులు : ● 503, నారాయణ్ ఛాంబర్స్, ఆశ్రమ్ రోడ్, అహ్మదాబాద్ - 380 009 ● బి - 302, క్వీన్స్ కార్నర్ అపార్ట్‌మెంట్స్, క్వీన్స్ రోడ్, బెంగుళూరు - 560 001 ● ఎ - 79, మిట్టల్ ఛాంబర్స్, నారీమన్ పాయింట్, ముంబాయి - 400 021 ● పోడార్ పాయింట్, 113, పార్క్ వీధి, కోల్‌కత్తా - 700 016 ● 14, మొదటి అంతస్తు, సీసన్స్ కాంప్లెక్స్, 150/80, మాంటియత్ రోడ్, చెన్నై - 600 008 ● ఫ్లాట్ నెం : బి - జి 3, 4, సప్రూమార్గ్, లక్నో - 226 001 ● 111, ఆషియానా టవర్స్, ఎగ్జిబిషన్ రోడ్, పాట్నా - 800 001 ● జి - 7, పయనీర్ టవర్స్, మెరీన్ డ్రైవ్, కొచ్చిన్ - 682 031.

ఢిల్లీ పత్ర ప్రకాషన్ లి., వారిచే ముద్రణ, ప్రచురణ పరేష్ నాథ్ ద్వారా ఢిల్లీ ప్రెస్ సమాచార్ పత్ర్ ప్ర. లి., ఎ - 36, సాహిబాబాద్, ఘజియాబాద్ (లేదా) ఢిల్లీ ప్రెస్, ఇ - 3, జండేవాలా ఎస్టేట్, న్యూ ఢిల్లీలో ముద్రింపబడి ప్రచురించబడుతుంది.

వార్షిక చందా :- డ్రాఫ్టు / మనియార్డర్ ద్వారా మాత్రమే "ఢిల్లీ ప్రకాషన్ వితరణ ప్ర. లిమిటెడ్" పేరుమీద ఇ - 3, జండేవాలా ఎస్టేట్, న్యూ ఢిల్లీ - 110 055కి చిరునామాకు పంపాలి. చెక్కులు స్వీకరించబడవు. వి.పి.పి. ద్వారా పత్రిక పంపబడదు.

GRIHSHOBHA (TELUGU) MAY 2010

ధర : కాపీ ఒకటి రూ. 20/-లు
సంవత్సర చందా : 140 రూపాయలు
2 సంవత్సరాలకు - 270 రూపాయలు
3 సంవత్సరాలకు - 370 రూపాయలు
ప్రతి కాపీకి 75 పైసలు అదనం. విదేశాల్లో
వార్షికచందా : (విమానం ద్వారా)
సంవత్సరానికి - 35 US డాలర్లు
2 సంవత్సరాలకు - 55 US డాలర్లు
3 సంవత్సరాలకు - 75 US డాలర్లు


వేసవి
2010
యార్న్ డైడ్
ట్యునిక్
రూ.399
అసీన్ వేసుకున్నారు
సమ్మర్ పెస్టెల్ యార్న్
డైడ్ చెక్డ్ ట్యునిక్
లెగింగ్స్‌తో
fashion
@ BIG BAZAAR
mudra 1077 tel

పూలు ముళ్ళు

మార్చి నెల 'గృహశోభ' ఎంతో ఆకర్షణీయంగా ఉంది. మమ్మల్ని అలరించింది. 'సమాచార దర్శనం' ఎంతో బాగుంది. 'ఇది డిజిటల్ కెమేరాల యుగం' వ్యాసం అద్భుతంగా ఉంది.

'అబూ శిల్ప సంపద' ఎంతో బాగుంది. ప్రస్తుత కంప్యూటర్ యుగంలో 'ఈ బైక్' లాంటి కొత్త వస్తువులు మన దేశంలోకి రావడం హర్షణీయం. పెట్రోలు వాహనాలకు ఇవి ప్రత్యామ్నాయంగా నిలుస్తాయి. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని బీచ్‌లు అన్నీ బాగున్నాయి.

డెకొరేటివ్ బొకేలతో ప్రేమ పెరుగుతుందని చెప్పడంలో నిజం ఉంది. 'మమతా మోహన్‌దాస్'తో చిట్‌ఛాట్ అదుర్స్.

'టూరిజం స్పెషల్'గా వచ్చిన ఏప్రిల్ 'సంచిక' శోభాయమానంగా ఉంది. ఎండాకాలంలో ఐస్ వాటర్‌లా మమ్మల్ని సేదతీర్చింది. 'సమాచార దర్శనం' చాలా బాగుంది. ఎల్‌సిడీ టీవీలు, హెయిర్ కూలర్స్ సమాచారం చాలా బాగుంది.

హిమాచల్ ప్రదేశ్‌లోని సిమ్లా, ధర్మశాల, ఖజియర్ పర్యటన విశేషాలు ఎంతో బాగున్నాయి. 'లాంకో' బాస్ రాజగోపాల్‌తో చిట్ చాట్ బాగుంది. చండీఘర్‌లోని రాక్‌గార్డెన్ చూసి తీరాల్సిందే.

- ఎస్.సుధాకర్, తెనాలి

●

'ఛలోక్తులు' బాగుంటున్నాయి. 'అబూ' ఆలయాల శిల్పాలు అద్భుతంగా ఉన్నాయి.

రాజస్థాన్ హైవేల నిర్మాణాలు ఎంతో అద్భుతంగా ఉన్నాయి. 'డిఫరెంట్ టేస్ట్' అంటూ, రుచికరమైన వంటకాలను అందించిన తీరు ఎంతో బాగుంది.

'చీరలలోనే హాయి' అన్న మోహన్‌దాస్ అభినందనీయురాలు.

- వి. రామచంద్ర, నెల్లూరు.

●

మార్చి 'సంచిక' 'కథాసంపుటి' లో కథలన్నీ బాగున్నాయి. 'ముద్దొచ్చే ముద్దొచ్చే' వ్యంగ్య రచన మమ్మల్ని బాగా నవ్వించింది. 'కొందరికి ఐదేళ్లకొకసారి ఓటర్లు ముద్దొస్తుంటారు. చెట్లూ, పుట్టలు, సందులు, గొందులు, గుళ్లూ, గోపురాలు, గుడిసెలు వీరికి మరింత ముద్దుగా అనిపిస్తాయి. గరీబోళ్లు మరీ ముద్దుగా కనిపిస్తారు' అని వ్యంగ్య బాణాలు విసురుతూ ప్రదీప్ అందించిన ఈ కథ మమ్మల్ని కడుపుబ్బ నవ్వించింది.

అలాగే 'మనసా కవ్వించకే' అన్న కథ ఎంతో వాస్తవంగా ఉంది. ఇద్దరు వ్యక్తుల చేతుల్లో వంచనకు గురైన కరుణ నిరాశలో మునిగిపోయినా తిరిగి తన జీవితాన్ని చక్కబరచుకునేందుకు చేసిన ప్రయత్నం అభినందనీయం.

'ఇది డిజిటల్ కెమేరాల యుగం' చదివాక మేము ఎన్నో విషయాలు తెలుసుకున్నాము. డిజిటల్ కెమేరాలపై మాకు చక్కటి అవగాహన ఏర్పడింది. మెనీ మెనీ థాంక్స్.

- సువర్చల, హైదరాబాద్

●

'గ్రాండ్ స్పెషల్'గా వచ్చిన 'గృహశోభ' మార్చి సంచికలో ఉన్న ఆర్టికల్స్ అన్నీ ఎంతో బాగున్నాయి. 'అంతా అర్థం చేసుకోవడంలోనే ఉంది' వ్యాసం వ్యక్తిత్వ వికాసానికి తోడ్పడే విధంగా ఉంది.

'మీకు మీరే ఎక్స్‌పర్ట్ కావచ్చు' వ్యాసంలో హెయిర్ స్టయిల్‌కి సంబంధించిన ఎన్నో చిట్కాలు తెలియచేసారు.

'జ్యూస్ తాగితే ఏమవుతుంది' అన్న ఆర్టికల్ చదివాక కేవలం ఒక జ్యూస్‌లో ఇన్ని విషయాలు ఉంటాయా అని ఆశ్చర్యపోయాం. అసలు ఈ జ్యూస్ ఎన్ని రకాలు? ఎంత తాగాలి? ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి అన్న వ్యాసంలో వివరించిన విషయాలన్నీ మేము ఎంతో శ్రద్ధగా పాయింట్స్‌లాగా నోట్ చేసుకున్నాం.

'గృహశోభ' ఉచిత అనుబంధం 'కథాసంపుటి'లో ఉన్న కథలన్నీ బాగుంటున్నాయి. ఈ నెల 'మమతా మోహన్‌దాస్'తో ఇంటర్వ్యూ సూపర్బ్.

- కళావతి, చెన్నై

●

ఏప్రిల్ నెల 'నార్త్ ఇండియా టూరిజం స్పెషల్' మా కెంతగానో నచ్చింది.

'బాత్ యాక్ససరీస్‌తో ఆరోగ్యం' ఆర్టికల్ చదివాక మాకు ఎన్నో కొత్త విషయాలు తెలిసాయి. ఇవి సాధారణంగా అందరూ బాత్‌రూమ్‌లో వాడుతూ ఉంటారు. కానీ మెగా బ్రాండ్ యాక్ససరీస్ ఎంతో బాగుంటాయని మీరు చెప్పడంతో మాకు తెలిసింది.

'మనసును తట్టి చూడు' శీర్షికలో ప్రచురిస్తున్న సంఘటనలను చదువుతుంటే ఫ్లాష్‌బాక్ గుర్తుకు వస్తూ ఉంటుంది. అవి చదివాక మనసు రిలీఫ్ అవుతుంది. తెలుగు నాట మహిళా ఉద్యమాల గురించి వచ్చిన ప్రత్యేక వ్యాసం మహిళలను, ఔత్సాహిక సామాజిక సేవా కార్యకర్తలను ప్రోత్సహించినట్లుగా ఉంది.

'రక్తం పరిశుద్ధంగా ఉంచుకోండి' ఆర్టికల్ ఎంతో బాగుంది. శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంటేనే జీవితం అని చెప్పడం ఎంతో బాగుంది. 'తమాషా ఆటలు' ఎంతో బాగుంటున్నాయి. మేమూ ఆడుకుంటున్నాము.

- వి.కుమార్, నాగర్ కర్నూలు

●

'గృహశోభ' ప్రతినెల ఒక ప్రత్యేక సంచికగా వెలువడుతూ ఉండడం మాకెంతో సంతోషంగా ఉంది. రెగ్యులర్ శీర్షికలు చాలా బాగుంటున్నాయి.

'కథాసంపుటి'లోని కథలన్నీ బాగుంటున్నాయి. మార్చి 'సంచిక' లో ఆంధ్రప్రదేశ్ బీచ్‌ల గురించి ఎంతో బాగా వివరించారు. అలాగే 'తియ్యతియ్యని రోగమా నిన్ను అధిగమించడం ఎలా' అన్న వ్యాసంలో మధుమేహ వ్యాధి గ్రస్తుల కోసం ఎన్నో ఉపయోగకరమైన విషయాలను తెలియచెప్పారు. మనలో చాలామంది పని ఒత్తిడిలో పడిపోయి సమయానికి భోజనం చేయలేరు. దాంతో ఎన్నో రకాల వ్యాధులను మనం ఆహ్వానిస్తూ ఉంటాం.

అలాంటి వాటిలో మధుమేహం కూడా ఒకటి. మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్థులు చాలా విషయాలను దృష్టిలో పెట్టుకోవలసి ఉంటుంది. కేవలం తీపి పదార్థాలను, చక్కెర, మిఠాయిలను దూరం చేసినంత మాత్రాన సరిపోదు. శరీర బరువు తగ్గించుకోవాలి. తగినంత వ్యాయామం చేయాలి. వీరికి గాయాలు త్వరగా మానవు కాబట్టి దెబ్బలు తగలకుండా చూసుకోవాలి. ఇలాంటి విషయాలను ఎన్నో వివరించిన 'గృహశోభ'కు మా అభినందనలు.

'ఛలోక్తులు' బాగున్నాయి. 'అంతా అర్థంచేసుకోవడంలోనే ఉంది' అన్న ఆర్టికల్ ఎంతో విశ్లేషణాత్మకంగా ఉంది. కోరికలు అందరికీ ఉంటాయి. కానీ అన్నీ నెరవేరవు. అన్నదాంట్లో నిజం ఉంది.

- ఎమ్. లలిత, రాజమండ్రి ●

ఈ శీర్షికకు మీ ప్రశంసలను, విమర్శలను మీ పూర్తి చిరునామాతో మాకు పంపండి. మా చిరునామా : పూలు-ముళ్ళు, గృహశోభ, 122, చెనాయ్ ట్రేడ్ సెంటర్, పార్క్‌లేన్, సికింద్రాబాద్ - 3.



స్ట్రెచ్ డెనిమ్ క్యాప్రిస్ రూ.399
వేసవి
2010
అసీన్ వేసుకుంది
స్లిమ్ ఫిట్ క్యాప్రి
స్ట్రైపర్ టి-షర్ట్‌తో
FASHION
@ BIG BAZAAR
mudra 1076 tel





పిండితో హోలీ : రంగులతో తడిసి ముద్దయిపోయినప్పుడు కలిగే ఆనందం పిండి చల్లుతున్నప్పుడు కూడా కలుగుతుందట! గ్రీకు దేశంలోని గేలాక్సీడ్‌లో ప్రతి ఏటా 40 రోజుల పాటు ఒక కార్నివాల్ నిర్వహిస్తుంటారు. ఈ కార్నివాల్‌లో ఒకరిపై మరొకరు పిండి చల్లుకుంటూ కేరింతలు కొడుతుంటారు. ఇది చూడటానికి 'పిండి యుద్ధం'లా అనిపిస్తుంది. ఇందులో పాల్గొనేవారంతా 'పిండి స్నానాలు' చేస్తారు.

ఎల్లలు దాటిన జరీ అందాలు : జరీ వర్క్, జర్దోసీ ఇప్పుడు 'వరల్డ్ ఫ్యాషన్'గా మారిపోయింది. అంతర్జాతీయ స్థాయిలో గుర్తింపు సంపాదించింది. ఇటీవల తైవాన్‌లో జరిగిన ఒక ఫ్యాషన్ షోలో ప్రదర్శించిన ఈ గౌను చూడండి ఎలా మిల మిల మెరిసిపోతోందో! గౌను వేసుకున్న యువతి గ్లామర్ ఎలా వెలిగిపోయిందో చూడండి.



రిజర్వేషన్ గొడవ : 'మహిళలకు రిజర్వేషన్' అంశం విదేశాల్లోనూ వినిపిస్తోంది. 1995లో బీజింగ్‌లో 'ప్లాట్‌ఫాం ఫర్ యాక్షన్' మహిళా సాధికారత గురించి ఒక లేఔట్ రూపొం దించింది. ఇటీవల 200 మంది ప్రతినిధులు ఈ లేఔట్ ప్రగతి గురించి యుఎన్ హెడ్‌క్వార్టర్స్‌లో సమీక్షించారు. భారత్‌లో యాదవ త్రయం వ్యతిరేకించినంత మాత్రాన 'ఉమెన్ రిజర్వేషన్ బిల్' కోల్డ్ స్టోరేజీకి వెళ్లిపోయిందని భావించలేం.

గులాబీ ఉండాల్సింది తలలో కానీ... : గోల్డెన్ బీర్ ప్రైజు అందుకోడానికి బెర్లిన్ వచ్చిన క్రో ఏషియన్ నటి జ్రింకా స్విటెసిక్ ఎలాంటి డ్రెస్‌తో ప్రేక్షకులకు కనువిందు చేసిందో చూడండి. నిజంగా ఆమె గౌను వేసుకుందా లేదా అంటూ కొందరు చెవులు కొరుక్కున్నారు. ఆమె వక్షస్థలంపై ఉన్న 'గులాబీ' చూసి మరికొందరు అవాక్కయిపోయారు. 'ఎక్కడో ఉండాల్సిన ఈ గులాబీ ఇక్కడికి ఎలా దిగి వచ్చిందబ్బా' అనుకుంటూ ఇంకొందరు కొయ్యబారిపోయారు.





ఈ పిచ్చివాళ్లు తక్కువేం తినలేదు : హాలీవుడ్‌లో బాగా పేరున్న నటుడు కెవిన్ కోస్ట్‌నర్ ఇప్పుడు తన సొంత మ్యూజిక్ బ్యాండ్‌తో సంగీత ప్రియులను ఉర్రూతలూగిస్తున్నాడట. ఆయనకు వంత పాడుతూ అభిమానులూ చెలరేగిపోతున్నారు. ఎవరి పిచ్చి వారికానందమే కదా!



ప్రజాస్వామ్యానికి ఉరి : ఇరాక్‌లో అమెరికా దాడుల తర్వాత సద్దాం హుస్సేన్ పాలన సమాప్తమైంది. ప్రజాస్వామ్యం మొగ్గ తొడిగింది. ఇప్పుడు అక్కడ ఎన్నికలు జరగబోతున్నాయి. ఎన్నికలు ఎక్కడ జరిగినా అక్కడ అవినీతి చోటు చేసుకోడం మనం చూస్తున్నదే. అందుకే ఈ ఎన్నికల్లో అవినీతిని వ్యతిరేకిస్తూ ఇక్కడ పోస్టర్లు వెలిసాయి. 'ప్రజాస్వామ్యానికి ఉరి' వేస్తున్నారంటూ రూపొందించిన ఈ పోస్టర్ చూడండి. ఇరాక్‌లో ప్రధాని పదవికోసం నూరీ అల్ మాలిక్, అయాద్ అల్వీలు పోటీ పడుతున్నారు. ●

సౌందర్య సలహాలు

నా వయసు 28 సంవత్సరాలు. నేను గర్భవతిగా ఉన్నప్పుడు నా పొట్టపై చారలు ఏర్పడ్డాయి. నేను చీర కట్టుకున్నప్పుడు అవి వికారంగా కనిపిస్తున్నాయి. వీటిని తొలగించుకునే ఉపాయం ఏదైనా ఉంటే చెప్పండి?

గర్భవతిగా ఉన్నప్పుడు వచ్చిన ఈ మచ్చలను తొలగించుకునేం దుకు ఇంటి చిట్కాలు ఏవీ లేవు. 'కాస్మటిక్ సర్జరీ'తో వీటిని తొలగించుకోవచ్చు. దీని కోసం మీరు నిపుణులైన కాస్మటిక్ సర్జన్‌ని సంప్రదించండి. చికిత్సలో



భాగంగా చర్మపు పైపొరను తొలగిస్తారు. ఇంట్లో మీరు విటమిన్ 'ఇ' ఉన్న క్రీంను ఉపయోగించి ముదురు చారను లేత రంగుకు తీసుకురావచ్చు.

●

నేను ఉద్యోగస్తురాలిని. అప్పుడప్పుడు పార్టీలకు వెళ్ళేటప్పుడు మేకప్ చేసుకోవాల్సి ఉంటుంది. నా పెదవులు చాలా పల్చగా కనిపిస్తాయి. మేకప్‌తో అవి నిండుగా కనిపించేలా ఎలా చేయవచ్చు?

పల్చని పెదవులు లావుగా కనిపించాలంటే డార్క్ లిప్‌స్టిక్‌తో అవుట్‌లైన్ గీసుకుని ఆ తర్వాత మ్యాచ్ అయ్యే లిప్‌స్టిక్‌తో ఫిల్ చెయ్యాలి. అలా చేస్తే పెదవులు నిండుగా కనిపిస్తాయి.

●

జిడ్డు చర్మానికి 'టమాటా ఫేస్ ప్యాక్' ఉపయోగిస్తే బాగుంటుందని నాకు తెలిసింది. దానిని ఎలా తయారు చేసుకోవాలి?

'టమాటా ఫేస్ ప్యాక్' తయారు చేసుకోడానికి ఒక టమాటా తీసుకుని, పైపొట్టు తీసేసి అందులో నిమ్మ రసం కొన్ని చుక్కలు వేసి పేస్టులా తయారు చేసుకోండి. ఈ పేస్టును ముఖం అంతా పట్టించండి. దానితో చర్మం నిగనిగ లాడుతుంది. ఆయిలీ స్కిన్ కోసం ముల్తానీ మట్టిలో రోజ్ వాటర్ కలిపి ముఖానికి ప్యాక్ వేసుకోండి. 15 రోజులకు ఒకసారి స్టీమ్ (ఆవిరి) తీసుకుంటూ జిడ్డు చర్మ సమస్యను పరిష్కరించు కోవచ్చు.

●

నాకు పెళ్లి కాబోతోంది. చూడడానికి బాగా కనిపించేలా నా జుట్టును ఎలా ఉంచు కోవాలో చెప్పండి?

మీరు మీ గురించి ఎక్కువ వివరాలు ఇవ్వలేదు. మీ ఎత్తు, రంగు, ముఖం ఎలా ఉంటాయో చెప్పలేదు. పొడవాటి, తిన్నని జుట్టు ఇప్పుడు ఫ్యాషన్ కాదు. పెళ్ళిలో పెళ్లి కూతురు తల కప్పి ఉంటుంది. కాబట్టి మీరు సాధారణ, ఆకర్షణీ యమైన హెయిర్ స్టయిల్‌నే ఎంపిక చేసుకోండి.

●

నా వయసు 26 సంవత్సరాలు. నేను ఆరు నెలల నుండి డై వేసుకుంటున్నాను. కానీ కొన్ని రోజుల్లోనే నా జుట్టు కుదుళ్లలో తెలుపు రంగు కనిపిస్తోంది. ఏం చేయాలో చెప్పండి?

జుట్టు నల్లబడానికి డై ఉపయోగించేటప్పుడు అది చుట్టూ బయటి భాగాన్ని మాత్రమే నలుపు రంగులోకి మారుస్తుంది. లోపల ఉన్న జుట్టు కుదుళ్ల వరకు అది వెళ్లదు.

ఈ కారణంగా జుట్టు కుదుళ్లు తెల్లగా బయటికి కనిపిస్తూ ఉంటాయి. ఇలా కనిపించకుండా ఉండేందుకు మీరు అప్పుడప్పుడు 'రూట్ టచప్' చేస్తూ ఉండండి. ●

గృహశోభ, సూరత్ డైమండ్స్ విజేతలు

కూపన్ నెం. 7

మొదటి బహుమతి :
ఎ. అనూరాధ, హైదరాబాద్
రెండవ బహుమతి :
ఎ. సంధ్యారాణి, వరంగల్
మూడవ బహుమతి :
బి. శ్రీదేవి, ముదిగొండ

మీ సమస్యలను పంపాల్సిన చిరునామా : 'సౌందర్య సలహాలు' గృహశోభ, 122, చెనాయ్ ట్రేడ్ సెంటర్, పార్క్‌లేన్, సికింద్రాబాద్.



అందానికి అన్‌ఫెయిర్ అడ్వాంటేజ్ దొరుకుతుంది. మీ జుట్టు, మీ అందం మరియు వ్యక్తిత్వాన్ని ప్రతిబింబించే కీలకమైన భాగం. ఇక మీరు మీ జుట్టును ప్రేమించువారైతే, మీ జుట్టుకు ఇవ్వండి లివాన్ కండీషనర్స్ యొక్క అన్‌ఫెయిర్ అడ్వాంటేజ్.

సమర్పిస్తున్నాము బాదాము నూనె సుగుణాలుగల లివాన్ వాల్యూమ్ బూస్ట్ కండీషనర్. ఇది పలచని మరియు బలహీనమైన జుట్టును ఒత్తుగా మరియు దృఢంగా చేసి, అది ఎగిసిపడేలా చేస్తుంది. నిజంగా మీ జుట్టుతో మీ గురించి ఏమీ చెప్పకుండానే మీరు ఎంతో చెప్పేస్తారు.

ఇంకా లభ్యం: సిల్క్ స్ట్రెయిట్, సూపర్ షైన్ మరియు మాయిశ్చర్ మ్యాక్స్ కండీషనర్స్.

'గృహశోభ' మాసపత్రిక, 122, చెనాయ్ ట్రేడ్ సెంటర్, పార్క్ లేన్, సికింద్రాబాదు-3.

కింద ఇచ్చిన చుక్కల ఆధారంగా అందమైన ముగ్గు లేదా అందమైన బొమ్మ ఇందులోనే గీసి మాకు పంపండి. మాకు అందిన వాటిలో ఉత్తమంగా ఎంపికైన ఒక రంగవల్లికి అమూల్యమైన బహుమతి అందచేస్తాం.



ఉత్తమంగా ఎంపికైన రంగవల్లి.

పి.నాగమణి, విజయవాడ

'రంగవల్లి' **మే, 2010**

పేరు : ....

చిరునామా : ....

....

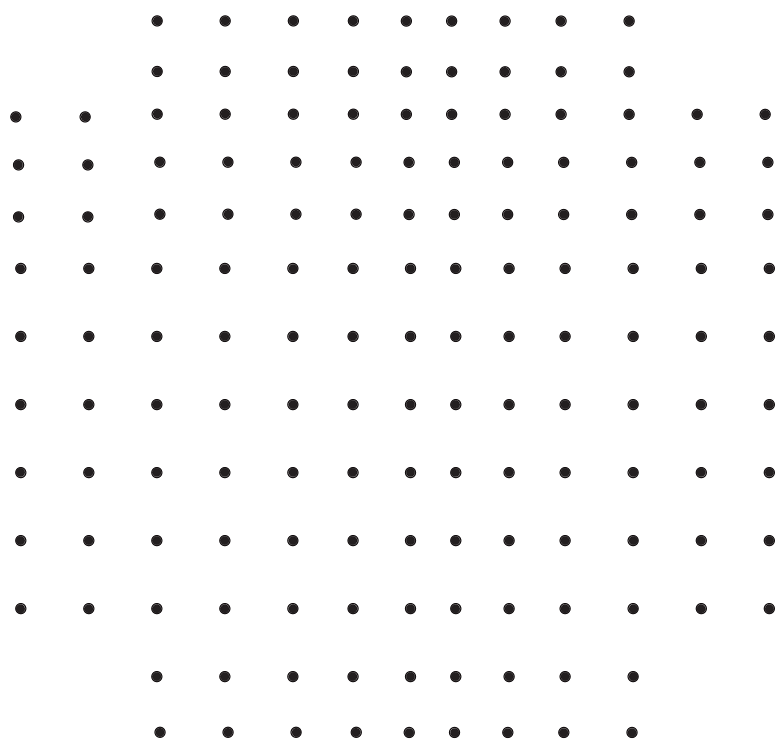
....

....

....

సంతకం : ....

అడ్డం - 13, నిలువు - 13





రూ. 6000/- నగదు బహుమతి పోటీ

'గృహశోభ' పాఠకుల కోసం

ఒక సరికొత్త ఆసక్తికర బహుమతి పోటీ. మీరు చేయాల్సిందల్లా ఈ క్రింద పేర్కొన్న నగరాలలో జూన్ 1, 2010 నాటి గరిష్ఠ ఉష్ణోగ్రతలను ఊహించి మాకు తెలియజేయండి. మొదటి సరైన సమాధానానికి రూ. 5,000/- బహుమతిగా పొందండి. అన్నీ కరెక్టుగా చెప్పకున్నా మీరు నిరుత్సాహపడాల్సిన అవసరం లేదు. మిగిలిన రూ. 1,000/-లను కన్సొలేషన్ బహుమతి క్రింద మొదటి అయిదుగురికీ పంచుతాము.

ఉదా : హైదరాబాద్‌లో ఉష్ణోగ్రత 39.4 డిగ్రీలు ఉంటే 39 అని రాయవచ్చు. ఒకవేళ హైదరాబాద్‌లో 39.6 డిగ్రీలు ఉంటే 40 డిగ్రీలుగా రాసుకోవచ్చు. కానీ 39.5 డిగ్రీలు ఉంటే మాత్రం దాన్ని ఖచ్చితంగా తెలియజేయాల్సి ఉంటుంది.

సూర్యకాంతం చిటపటలు పోటీ - 47 విజేతలు

(ఏప్రిల్ 1, 2010న హైదరాబాద్ వాతావరణశాఖ తెలియజేసిన వివరాలను సరిచూసుకుని విజేతలను నిర్ణయించాం)

ఈసారి ఆల్ కరెక్టుగా ఎవరూ వ్రాయలేదు. కన్సొలేషన్ బహుమతికి ఐదుగురు ఎంపికయ్యారు.

విజేతలు : 1. జి.శివప్రసాద్, విజయనగరం 2.. పి.లక్ష్మీకాంతారావు, అనంతపురం 3. ఎం.విజయచాముండేశ్వరి, తెనాలి 4. పి.రత్నకుమారి, విశాఖపట్టణం 5. విజయనాగరాజ్, చెన్నై.

(   ) సూర్యకాంతం చిటపటలు-49

	నగరాలు	గరిష్ఠ ఉష్ణోగ్రత
1.	హైదరాబాద్	---- డిగ్రీలు
2.	విశాఖపట్నం	---- డిగ్రీలు
3.	విజయవాడ	---- డిగ్రీలు
4.	తిరుపతి	---- డిగ్రీలు

(   ) పేరు : ....

చిరునామా : ....

....

....

....

సంతకం : ....

ఎంట్రీలు పంపాల్సిన చిరునామా : సూర్యకాంతం చిటపటలు-49,
'గృహశోభ', 122, సి.టి.సి., 116, పార్క్ లేన్, సికింద్రాబాద్ - 500 003.

భారతీయ స్టేట్ బ్యాంక్
మీతో – సర్వదా
స్వచ్ఛమైన బ్యాంకింగ్. మరేమీ కాదు.

ఈ భారతీయులకు బ్యాంకర్

భారతీయ ఉన్నతాధికారుల ప్రతిభని ప్రపంచంలో అత్యుత్తమమైన దానితో పోలుస్తారు. మరియు వీటికి, కార్పొరేట్ ఇండియా తమ నమ్మకాన్ని మాపై ఉంచింది. బహుశః ప్రపంచంలోనే అతి భిన్నమైన సమాజంలో మనం జీవిస్తున్నాము. వారి బ్యాంకర్‌గా ఉన్నందుకు మేము గర్విస్తున్నాము.



ప్రతి భారతీయునికి బ్యాంకర్

మరిన్ని వివరాలకు మా వెబ్‌సైట్ www.statebankofindia.com ని చూడండి లేదా మా టోల్ ఫ్రీ నెంబరు 1800-11-22-11కు కాల్ చేయండి.

పళ్లలో రారాజు

అని చాటి చెప్పండి



టైగర్ రొయ్యల కుర్మా

అన్ని కాలాలకు. సరియైన అన్ని కారణాలకు



కొబ్బరి అన్ని సందర్భాల్లో ఉపయోగపడే ఆహారంగా చెప్పుకోవచ్చు. సాధారణంగా దీన్ని అన్ని రకాల వంటకాల్లో ఉపయోగిస్తుంటారు. కూరలు, సలాడ్స్, స్వీట్లు, డ్రింక్స్ లాంటివి వాటిలో వాడుతుంటారు. అన్నిట్లో కొబ్బరి బాగా కలిసిపోతుంది. నాలుకకు మంచి రుచిని ఇస్తుంది. దీనికి తోడు కొబ్బరిలో ఉన్న పుష్టికరమైన పదార్థాలు ఎనర్జీ లెవల్స్‌ను పెంచుతాయి. అంతేకాదు జీవన ప్రమాణాన్ని తగ్గించే ముదురుతున్న వ్యాధులను నివారించడంలో కొబ్బరి సహాయకారిగా ఉంటుంది. ఒక కప్పు తాజా కొబ్బరి పొడిలో 'బి' విటమిన్, 21.1 మి.గ్రా॥ ఫోలిక్ యాసిడ్, 2.6 మి.గ్రా॥ విటమిన్ 'సి', 11.2 మి.గ్రా॥ కాల్షియం, 1.9 మి.గ్రా॥ ఐరన్, 15.6 మి.గ్రా॥ మెగ్నీషియం, 2.85 మి.గ్రా॥ పొటాషియం, 0.9 మి.గ్రా॥ జింక్ ఉంటాయి. పసిఫిక్ భూభాగంలో ఉండే పోలీనేషియన్‌లు, ఆసియన్లు నేటికీ తమ ఆరోగ్య రక్షణ కోసం వేలాది సంవత్సరాలుగా కొబ్బరిని ముఖ్య ఆహారంగా వాడుతున్నారన్నది బహిరంగ రహస్యమే.



మృదువైన కొబ్బరినీళ్లు : జీవం పోసే ఔషధం

మృదువైన కొబ్బరినీళ్ల వాడకం ప్రాధాన్యత రెండవ ప్రపంచయుద్ధం సందర్భంగా అనుభవంలోకి వచ్చింది. తొందరగా కోలుకోవడానికి గాయపడిన సైనికులు, శరణాగతులకు ఎనర్జీ రిచ్ డైట్ అయిన కొబ్బరి నీళ్లను ఇచ్చారు. మృదువైన ఈ కొబ్బరి నీళ్లల్లో మనిషికి కావలసిన పోషక పదార్థాలు, ఖనిజ లవణాలు విరివిగా లభిస్తాయి. అంతేకాదు కొబ్బరినీళ్లు ఆరోగ్యాన్ని అందించే తక్కువ కాలరీలు ఉన్న సహజమైన పానీయం. ప్రకృతి సిద్ధంగా శక్తిని అందించే డ్రింక్ ఇది.



కొబ్బరి నూనెతో అనారోగ్యం దూరం

ఆశ్చర్యపోతున్నారా? అవును. కొబ్బరి నూనెలో ఉన్న ప్రత్యేకమైన ఫాటీ యాసిడ్ కాంపోజిషన్‌లో హెచ్చుగా ఉండే మీడియం చైన్ ఫాటీ యాసిడ్స్ అయిన (MCFAs) లారిక్ యాసిడ్, కాప్రిలిక్ యాసిడ్ లాంటివి శక్తివంతమైన యాంటీవైరల్ యాక్టివిటీ నిర్వరిస్తాయి. ఈ ఫాటీ యాసిడ్‌లు సాధారణంగా ఇతర వెజిటబుల్ ఆయిల్స్‌లో ఉండవు. ఇవి వ్యాధినిరోధక సిస్టమ్‌ను రక్షిస్తాయి. ఇదే కారణంగా కొబ్బరి నూనె వాణిజ్యపరమైన ఇన్‌ఫాంట్ ఫార్ములాల్లో ముఖ్యమైన భాగంగా చేరిపోయింది. ఈ MCFAs ఎనర్జీ ఉత్పాదనకు సహకరిస్తాయి. అరుదుగా మాత్రమే బాడీ ఫ్యాట్‌గా పోగవుతాయి. లేదా ఆర్టిరైస్‌లో లేదా మరో చోట చేరతాయి. కొబ్బరి నూనెలోని MCFAs శక్తిని ఉత్పత్తి చేస్తాయి, కొవ్వును తయారుచేయవు.

కొబ్బరి నూనెతో చర్మం మృదువుగా, సున్నితంగా మార్చుకోండి

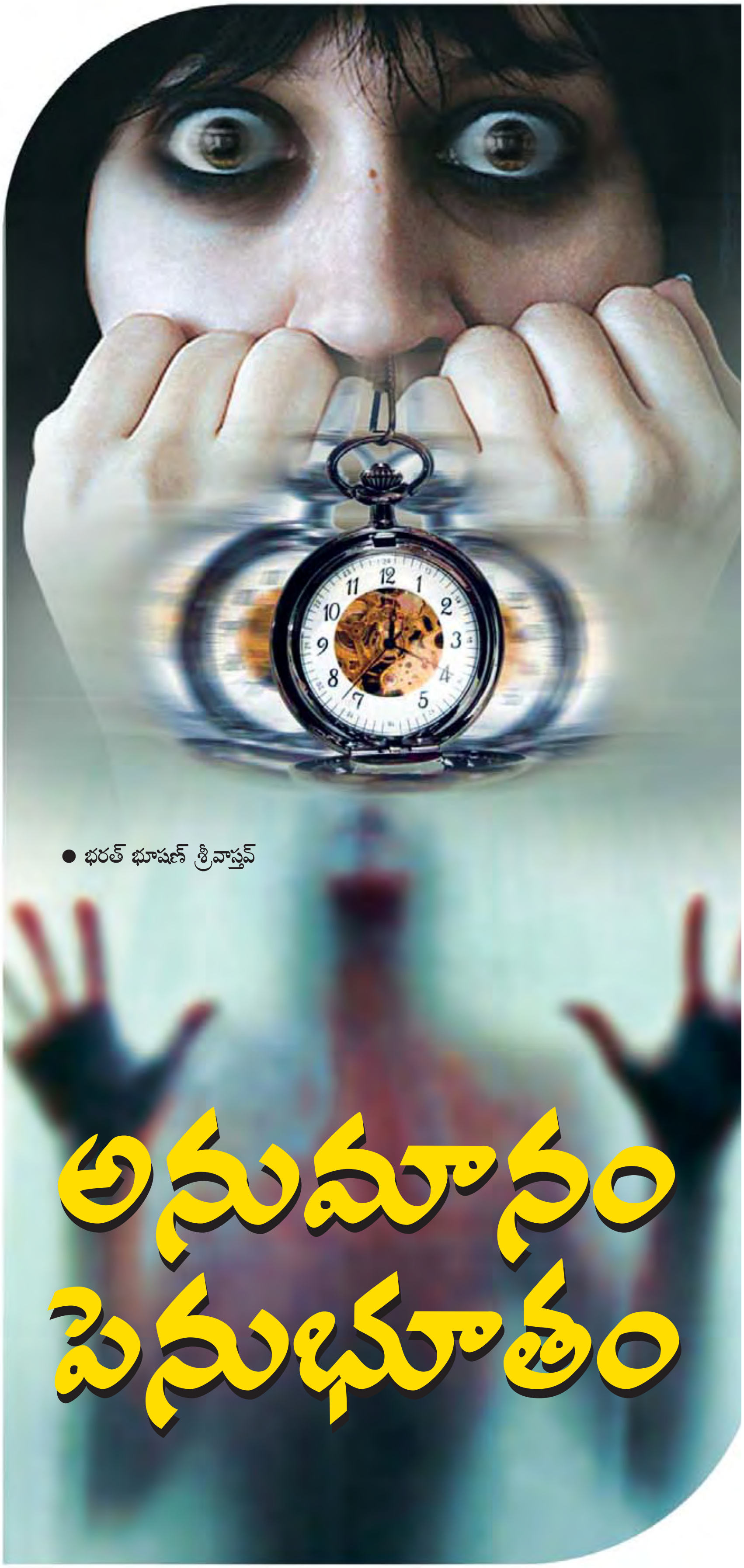
చర్మ సంరక్షణ కోసం ఉపయోగించే కొబ్బరి నూనెతో రెండు ముఖ్యమైన లాభాలు ఉన్నాయి. ఒకటి ఇది మృత కణాలను తొలగిస్తుంది. రెండు అండర్‌లైయింగ్ టిష్యూలను శక్తివంతంగా మారుస్తుంది. చర్మం పైభాగంలో మృత కణాల పొర ఏర్పడుతుంటుంది. ఈ మృతకణాలు రాలిపోగానే కొత్త కణాలు అభివృద్ధి చెందుతూ ఉంటాయి. కానీ వయసు పెరుగుతున్నకొద్దీ ఈ ప్రక్రియ నెమ్మదిస్తుంది. ఫలితంగా చర్మం మందంగా, డ్రైగా మారుతుంది. కోకోనట్ ఆయిల్ ఈ మృతకణాలను తొలగించడంలో సహాయపడుతూ చర్మం మృదువుగా, సున్నితంగా ఉండేలా చేస్తుంది.

టైగర్ రొయ్యల కుర్మా

కావలసిన వస్తువులు : పొట్టు తీసి ఉడికించిన టైగర్ రొయ్యలు- 800 గ్రా॥, నీళ్లు లేదా ఫ్రాన్‌స్టాక్ - 300 మి.లీ., చిన్నవి తెల్లని ఉల్లిగడ్డలు - 2, అల్లం పేస్టు-2 టీ స్పూన్‌లు, వెల్లుల్లి పేస్టు-2 టీ స్పూన్‌లు, కొబ్బరి నూనె-150 మి.లీ., పసుపు -1 టీ స్పూన్, గరం మసాలా పౌడర్-2 టీ స్పూన్‌లు, కోకోనట్ క్రీమ్-300 మి.లీ., గుడ్డు లోని పచ్చని సొన - 4, సింగిల్ క్రీమ్-200 మి.లీ., పెరుగు-100 మి.లీ., కొబ్బరి తురుము, కొత్తిమీర - అలంకరించడానికి తగినంత.

తయారుచేసే పద్ధతి : ఒక పెద్ద సాస్ పాన్‌లో కొబ్బరి నూనె పోయండి. దీన్ని మీడియం హీట్‌లో వేడిచేయండి. అందులో ఉల్లిగడ్డలు వేసి వేయించండి. గోల్డెన్ బ్రౌన్ రంగు వచ్చేంతవరకు కలుపుతూ ఉడికించండి. అల్లం, వెల్లుల్లి, పసుపు వేసి కొద్దిగా నీళ్లు పోసి బాగా కలుపుతూ కొద్దిసేపు ప్రై చేయండి. ఆ తర్వాత శుభ్రం చేసి ఉడికించిన రొయ్యలను వేయండి. బాగా కలపండి. కొబ్బరి క్రీంను, కోడి గుడ్డు సొన కలిపి విడిగా పెట్టుకోండి. దీన్ని సాస్‌పాన్‌లో ఉన్న మిశ్రమంతో కలపండి. మిక్స్ చేసిన క్రీమ్, పెరుగును ఒక జగ్‌లో తీసుకుని వాటర్ కలిపి పెట్టుకోండి. దీన్ని సాస్‌పాన్‌లో పోయండి. బాగా కలపండి. బాగా ఉడికే వరకు వేడి చేయండి. 10 నిమిషాలు సరిపోతుంది. ఇలా ఉడుకుతూ ఉన్నప్పుడు అప్పుడప్పుడు కలపండి. చివరగా గరం మసాలా వేసి కలిపి రెండు నిమిషాలపాటు ఉంచండి. ఇలా తయారైన డిష్‌పై కొబ్బరి తురుము, కొత్తిమీర గార్నిష్ చేసి సర్వ్ చేయండి.

Coconut Development Board,
(Ministry of Agriculture, Government of India),
Kera Bhavan,Kochi-682 011, India.,
E-mail: cdbkochi@gmail.com, cdbkochi@dataone.in
Visit: www.coconutboard.nic.in



అనుమానం పెనుభూతం

● భరత్ భూషణ్ శ్రీవాస్తవ్

ఎలాంటి జబ్బునైనా మందులతో తగ్గించవచ్చు, నిర్మూలించవచ్చు. కానీ ఒక్కసారి అనుమాన పిశాచం మనసులోకి ప్రవేశిస్తే దాన్ని తరమడం చాలా కష్టం. అనుమానానికి ఒక ఆధారం అంటూ ఉండదు. నిరాధారమైన కొన్ని మాటలు, చేతలు, అనుభవాలు మస్తిష్కంలో గూడు కట్టుకున్నప్పుడు కలిగే పరిణామాలతో సుఖసంతోషాలను ఆశించటం మూర్ఖత్వం. సంసారిక జీవితంలో వరకట్న సమస్య తర్వాత అత్యంత తీవ్రమైన, పెద్ద సమస్య అనుమానం మాత్రమే. ఈ అనుమానం ఎన్నో కాపురాలను నిర్దాక్షిణ్యంగా కూల్చి వేస్తుంది.

ఒక చాకలి అన్న మాటలు విన్న రాముడు ఆదర్శ పత్నిగా పేరు గాంచిన సీతను అడవులకు పంపించి నానాకష్టాలకు గురిచేసాడు. రామాయణంలోని ఈ కథ అందరికీ తెలిసిందే. ఎవరి వ్యాఖ్యానాలు ఎలా ఉన్నా ఈ సంఘటన కేవలం అనుమానం కారణంగా జరిగిందని చెప్పవచ్చు. మనదేశంలో ఎంతోమంది మగవారు తన భార్య పెళ్లికి ముందు ఎలాంటి సంబంధాలు లేకుండా, శీలవతియై ఉండాలని కోరుకుంటారు. కొంత మందైతే భార్య పరాయి మగాళ్లతో కాస్త నవ్వుతూ మాట్లాడడం కనబడితే చాలు అగ్గి మీద గుగ్గిలమైపోతుంటారు. ఇంకొంతమంది 'నాకిది నచ్చదు, నాకది నచ్చదు, నువ్విలా ఉండాలి, నువ్వలా ఉండకూడదు' అని హుకుం జారీ చేస్తుంటారు. దీనికి విరుద్ధంగా మరి కొంతమంది తమ భార్యలు వేరొకరితో చనువుగా మాట్లాడితే వాళ్లనేమనలేక, మనసులో ఆ బాధను దాచుకోలేక మధనపడుతుంటారు. ఈ విషయం భార్యలకేమో తెలియదు. అర్థం కాదు. కాబట్టి అనుమానపు నీడలు ఎప్పుడు? ఎలా? ఎందుకు ఎవరిపై పడతాయో? తెలుసుకోవడం చాలా కష్టం.

అనుమానపు బీజాలు

కొన్ని జంటల్లో ఈ అనుమానం బీజాలు మొదటిరాత్రే పడతాయి. పెళ్లికి ముందు తన

మందు లేని వ్యాధి ఒక అనుమానం మాత్రమే. ఎంతటి వారైనాసరే దీనికి కొన్ని సందర్భాల్లో లొంగిపోతారు. అయితే ప్రేమ, నమ్మకం కలిగించి ఈ వ్యాధిని నయం చేయవచ్చు. ఒకవేళ అనుమానంతో కృంగిపోతూ, ప్రతిరోజూ గొడవపడుతూ, కలిసి ఉండాల్సి వస్తే విడాకులే పరిష్కారం. కానీ తర్వాతి పరిణామాలు తీవ్రంగానే ఉంటాయి


SUMMER
2010 COLLECTION
ప్రతి అమ్మాయి ఓ చిన్నారి రాకుమారి మరియు
తప్పకుండా ఆమెకు సొంత ప్రత్యేకమైన దుస్తులు
కూడా ఉంటాయి! మీ అమూల్యమైన చిన్నారికి
సాటిన్ ప్రిన్సెస్ ఫ్రాక్స్‌ని ఎంచుకోండి.
ప్రిన్సెస్ ఫ్రాక్స్
రూ. 549-599/-
FASHION
@ BIG BAZAAR
mudra 1079 tel

అనుమానం ఫలితం : నాలుగు నిండు ప్రాణాలు బలి

భోపాల్‌లోని మండీదీప్‌లో ఒళ్లు గగుర్పొడిచేలా జరిగిన సంఘటన ఇది. కొన్నినెలల క్రితం ముఖేష్ సక్సేనా అనే వ్యక్తి, తన భార్యకి అక్రమసంబంధం ఉందేమోననే అనుమానంతో ముక్కుపచ్చలారని ఇద్దరు పిల్లలతోపాటు (నితిన్, అన్షు) తన భార్యను (ఆశ) గొంతు నులిమి అతి కిరాతకంగా చంపాడు. ఎనిమిదేళ్లు కాపురం చేసి ఇద్దరు పిల్లలను కన్న వీరి మధ్య ప్రేమ లేదని ఎవరైనా అనగలరా? కానీ, ముఖేష్ అనుమానమనే పెనుభూతం మాయలో పడి ఈ ఘాతుకానికి పాల్పడ్డాడు. స్థానిక కోర్టు కాస్త చొరవ తీసుకుని ఉంటే ఈ అన్యాయం జరిగేది కాదేమో! వీరు విడాకుల కోసం పెట్టుకున్న అర్జీని కోర్టు తిరస్కరించింది. వీరు ఇంకొన్నాళ్లు కలిసుంటే వీరి మధ్య ఉన్న అపోహలు, మనస్పర్థలు తొలగిపోతాయని కోర్టు భావించింది. కానీ అలా జరగకపోగా, నాలుగు నిండు ప్రాణాలు బలైపోయాయి.

భార్య జీవితానికి సంబంధించిన విషయాలు తెలుసుకునే కుతూహలం భర్తలకు ఉండడం సర్వ సాధారణం. మొదటిరాత్రి భర్త రొమాంటిక్ మూడ్‌లో ఉంటాడు. కాబట్టి భార్య చెప్పిన సమాధానాలతో సంతృప్తి పడినట్టే కనిపిస్తాడు. కానీ తర్వాత నీకెవరితోనైనా సంబంధముండేదా, నువ్వెవరినైనా ప్రేమించావా అని అడుగుతూ భార్యని వేధించడం మొదలుపెడతాడు.

పెళ్లయిన కొన్నాళ్లకి బంధువులు, స్నేహితులు ఎవరైనా తన భార్య గురించి ఏదైనా చెప్పినప్పుడు అది కాస్తా ముదిరి పాకాన పడుతుంది. బంధువులు, స్నేహితులు తనని ఆటపట్టించడానికే తలా తోకలేని మాటలు చెబుతున్నారని వారు గ్రహించరు. ఆ విషయాలన్నీ మనసులో, మెదడులో బలంగా స్థిరపరచుకుంటారు. ఆ మాటలన్నీ భర్త సన్నిహితులు, భార్య సన్నిహితులు చెప్పేవి కాబట్టి భర్త వాటిని అంత సులువుగా కొట్టిపారేయలేకపోతాడు. ఈ విషయమై ఆధారాలు వెతకడం మొదలుపెడతారు. వీలు దొరికినప్పుడల్లా ఆ విషయాలు భార్య ముందు ప్రస్తావిస్తుంటారు. కొన్నిసార్లు భార్యకు నచ్చచెప్పే ప్రయత్నమూ చేస్తారు. కానీ అదే విషయం మళ్లీ మళ్లీ గుచ్చి గుచ్చి అడగడంతో విసిగిపోయిన భార్య కోపంతో ఏదో ఒక సమాధానం చెప్పేస్తుంది. అలా విసుగుతో అన్న మాటలతో వారి అన్ని అనుమానాలు మరింత బలపడతాయి.

సాక్ష్యాధారాలు లేకపోవడంతో మనసులో అనుమానం అనే అగ్నికణం పెట్టుకుని నిలువెల్లా రగిలిపోతూనే ఉంటారు. దాంతో వారి వ్యవహార శైలిలోనూ మార్పు వస్తుంది. ఈ విషయంపై ఏమాత్రం అవగాహనలేని భార్య, భర్త వ్యవహరిస్తున్న తీరు, ప్రవర్తన చూసి అసలు కారణం తెలియక బాధపడుతుంటారు. అనుమానాలు తొలగించుకునే ప్రయత్నాలు ఇరువైపు నుంచీ జరగకపోవడంతో పరిస్థితులు చేజారుతుంటాయి. ఇక వాటిని సవరించడం ఎవరి తరం కాదు.

అడిగిన విషయమే మళ్లీ మళ్లీ అడిగితే ఏదో ఒరోజు నిజం చెబుతుందిలేనని భర్త అనుకుంటాడు. కోపంతో, విసుగుతో అనే మాటలు నిరాధారమైనవనే సత్యాన్ని గ్రహించరు. భార్యకి వచ్చిన కోపాన్ని పోగొట్టడానికీ ప్రయత్నించరు. తీయటి మాటలతో సఖ్యత నెలకొల్పాల్సింది పోయి, సూటీపోటీమాటలు, పుల్లవిరుపు మాటలు భార్యాభర్తల మధ్య రాజ్యమేలడం మొదలవుతుంది. ఒక్కోసారి ఈ గొడవలు శారీరకంగా హింసించేంత తీవ్రస్థాయికి చేరుకుంటాయి.

పరిస్థితులు విషమిస్తుండడంతో బంధుమిత్రులు కలగజేసుకుని వారిద్దరి మధ్య సయోధ్య కుదర్చాలనుకుని చేసే ప్రయత్నాలన్నీ వృథా అవుతాయి. తన మనోభావాలను అర్థం చేసుకోకుండా అందరూ తన భార్యనే వెనకేసుకొస్తున్నారని భర్త వాపోతే తన తప్పేమీ లేకున్నా నిర్దోషినైన నన్ను నలుగురిలో అపరాధిలా నిలబెట్టాడని భార్య తల్లడిల్లిపోతుంది. దీనికంతటికీ కారణం తన భర్తేనని క్రుంగిపోతుంది.

కొంత కాలం గడిచాక దగ్గరి వారందరూ వీరిరువురి వ్యవహారశైలితో విసిగిపోయి, వీరి విషయంలో కలగచేసుకోవడం మానేస్తారు. వీరిని ఎంతలో ఉంచాలో అంతలో ఉంచడం మొదలుపెడతారు. ఇక్కడ భార్యాభర్తలు ఇద్దరూ తమ పరువును తామే బజారు కీడ్చుకుంటున్నామని గ్రహించరు.

మరోవైపు తీరికగా భార్యకి సంబంధించిన గతాన్ని తవ్వటం, తనెక్కడికి వెళ్లిందీ, ఎందుకు వెళ్లిందీ ఆరాలు తీయడం, యక్షప్రశ్నలతో భార్యను వేధించడం మొదలవడంతో భార్యలోనూ అసహనం పెరిగిపోయి పరిస్థితులు విడిపోవడం, విడాకులు తీసుకోవడం వరకు దారి తీస్తాయి. ఇలాంటి సమయాల్లో ప్రేమానురాగాలు, రొమాన్స్ లాంటి అంశాలు మాయమై వారి సంసార జీవితం నరకప్రాయమవుతుంది.

భార్య కాస్త మెళకువతో మెలగాలి

భర్త మనసులో అనుమానమనే పెనుభూతం ప్రవేశించినప్పుడు భార్య జీవితం కత్తి మీద సాములా మారుతుందనడంలో ఎలాంటి సందేహం లేదు. ఇలాంటి సమయంలో కొంచెం ఓర్పుగా, మెళకువగా ప్రవర్తించాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది. చాలాసార్లు భార్య తనలో తప్పు లేకపోవడంతో భర్త తనపై లేనిపోని అభాండాలు మోపుతున్నాడని గోలచేసి ఆవేశంగా మాటలతో తిప్పికొట్టాలని అనుకుంటుంది. ఆ ఆవేశంలో గొడవకి దిగుతుంది. ఈ గొడవతో మనస్పర్థలు మొదలవుతాయి.

భర్త కూడా భార్య తన దగ్గర ఏదో దాస్తోందని, అందుకే అంత ఉద్రేకపడుతోందని అను కుంటాడు. పూర్తిగా పట్టనట్టుగా ఉన్నా కూడా ప్రమాదమే. ఇలా చేస్తే తన మాటలను లెక్క చేయట్లేదనే అభిప్రాయం భర్తలో కలుగుతుంది. కాబట్టి ఇలాంటి సమయాల్లో కొన్ని విషయాలను దృష్టిలో పెట్టుకోవాలి.

- భర్తకు ప్రేమానురాగాలు పంచుతూ నేను నీదాన్నేనన్న నమ్మకం కలిగించే ప్రయత్నం చేయాలి.
- పరాయి మగాళ్లతో క్లోజ్‌గా ఉండడం, వారితో నవ్వుతూ మాట్లాడడం మానివేయడం మంచిది.
- తన భర్త ముందు వేరే మగవారి గురించి గొప్పగా మాట్లాడడం, వారి గుణగణాల గురించి ప్రస్తావించకుండా ఉండడం లాంటివి చేయకూడదు. అది సొంత బావా, మరిదిలాంటి దగ్గరి సంబంధీకులైనా సరే.
- భర్తకి సంబంధించిన చిన్న చిన్న అవసరాలను సైతం దృష్టిలో పెట్టుకుంటూ మీకు అతనిపై ఉన్న శ్రద్ధను తెలియ జేయాలి.
- ఏకాంత సమయాల్లో ఆనందాన్ని పంచుకుంటున్న సమయంలో తనలోని లోటుపాట్లను ప్రస్తావించకూడదు. పుల్లవిరుపు మాటలకు దూరంగా ఉండాలి.
- భర్తను ఇంట్లో ఒంటరిగా వదిలేసి స్నేహితులతో, ఇరుగు పొరుగువారితో పిచ్చాపాటీ మాట్లాడుతూ సమయం గడపకూడదు. మీ మొత్తం సమయాన్ని అతనికే కేటాయిస్తే అతనెంతో సంతోషిస్తాడు.
- పరాయి మగాళ్ల నుండి బహుమతులు, కానుకలు తీసుకోవడం, ఇవ్వడం లాంటివి అసలు చేయకూడదు.

భర్త కూడా సంయమనం పాటించాలి

ఈతరం ఆడవారు చదువుకుని, ఉద్యోగ రీత్యా వివిధ ప్రాంతాలకు వెళ్లడం, వివిధ వ్యక్తులను కలవడం ఇప్పుడు సర్వసాధారణమైపోయింది. మరలాంటప్పుడు తన భార్యకీ సామాజిక సంబంధాలుంటాయనీ, స్నేహితులు ఉంటారని భర్తలు గుర్తించాలి.

- భార్య ఎవరితోనైనా నవ్వుతూ మాట్లాడుతుంటే అగ్గి మీద గుగ్గిలం కాకుండా శాంతంగా వ్యవహరించాలి.
- పెళ్లికి ముందు తను కూడా ఎంతోమంది ఆడవాళ్లతో మాట్లాడి ఉండవచ్చు. అంత మాత్రాన వారు తప్పుడు మనుషులైపోరు.
- పెళ్లికి ముందు బావలతోగానీ, స్నేహితులతోగానీ, సరదాగా ఉండేదని ఏవో అపోహలు పెంచుకోకూడదు. ●


SUMMER
2010 COLLECTION
మీ దృక్పథానికి పర్ఫార్మెన్స్ టీ-షర్ట్
మరియు చెక్ షర్ట్స్ వేసుకోండి, టీమ్డ్ జీన్స్‌తో.
అబ్బాయిల
పర్ఫార్మెన్స్ టీ-షర్ట్
రూ. 249-299/-
అబ్బాయిల కూల్ చెక్స్
(యార్న్ డైయిడ్ షర్ట్స్)
రూ. 399/-
అబ్బాయిల యుటిలిటీ జీన్స్
రూ. 549-599/-
అబ్బాయిల జీన్స్
రూ. 499/-
కొనండి 1 పొందండి 1
ఉచితంగా
FASHION
@ BIG BAZAAR
mudra 1078 tel







క్రియేటివ్ లుక్

సైడ్ పార్టింగ్ చేసి, మీడియం సైజ్ హెయిర్‌ను బయటికి వదిలి, ఆర్టిఫిషియల్ స్విచ్ కలర్‌ఫుల్ హెయిర్ ఎక్స్‌టెన్షన్ టాప్‌పై అటాచ్ చేసి క్రియేటివ్‌గా తయారుచేశారు. డిఫరెంట్‌గా ఉంది కదూ!

VASU

ట్రిచప్ కంటే మీ జుట్టుకు పోషణనిచ్చేది ఏముంది?

గత 20 సంవత్సరాలుగా, సంపూర్ణ జుట్టు సంరక్షణ పరిష్కారాలకు ట్రిచప్ అత్యంత నమ్మకమైన పేరుగా నిలిచింది. జుట్టు సమస్యల నుంచి ఉపశమనం కలిగించే సంప్రదాయ ఆయుర్వేదం ద్వారా జుట్టుకు ట్రిచప్ సంపూర్ణ పోషణను ఇస్తుంది. ట్రిచప్ యొక్క రెండు–విధాల ప్రయోజనం మీ జుట్టును బయట నుంచి వత్తుగా మరియు కాంతివంతంగా చేస్తుంది, అదే సమయంలో లోపల నుంచి కుదుళ్ళను దృఢంగా చేస్తుంది. పొడవాటి, దృఢమైన మరియు అందమైన జుట్టు కోసం మా యొక్క విస్తృత శ్రేణి మూలికా జుట్టు సంరక్షణ ఉత్పాదనలను ఎంచుకోండి మరియు ఆకర్షణకు కేంద్ర బిందువుగా ఉండండి.



100% మనీ-బ్యాక్ గ్యారంటీ #



మూలికా షాంపూ | జుట్టు నూనె | టాబ్లెట్‌లు | హీన్నా (మెహందీ) | జుట్టు ప్యాక్



మూలికా జుట్టు నూనె

- కాలుష్యం నుంచి రక్షణ, 100% జుట్టుకు పోషణ
- కుదుళ్ళను దృఢంగా చేస్తుంది
- అత్యుత్తమ పెరుగుదలతో ఆరోగ్యకరమైన జుట్టు

ప్రయోజనాలు:

- వత్తయిన మరియు పొడవాటి జుట్టు
- జుట్టు రాలడాన్ని ఆపుతుంది
- జుట్టును మెత్తగా మరియు పట్టులాగా చేస్తుంది
- నల్ల నువ్వుల నూనె మరియు 18 మూలికలతో



మూలికా జుట్టు ప్యాక్

- జుట్టును బయట నుంచి మెత్తగా మరియు కుదుళ్ళ నుంచి దృఢంగా చేస్తుంది
- నిరంతరం జుట్టు పెరుగుదల
- జుట్టును దృఢంగా చేస్తుంది మరియు జుట్టు రాలడాన్ని ఆపుతుంది

ప్రయోజనాలు:

- జిడ్డుగా ఉండటాన్ని నిర్మూలిస్తుం మరియు జుట్టు వృద్ధిని పెంపొందిస్తుంది
- జుట్టు పరిమాణాన్ని మరియు ఉంగరాలను పెంచుతుంది
- జుట్టు చూడటానికి ప్రకాశవంతంగా మరియు మెరుస్తూ ఉంటుంది



టాబ్లెట్లు

- జుట్టు కుదుళ్ళ వరకు పోషణ అందుతుంది
- 24–గంటలూ రక్షణ
- జుట్టు నాణ్యతను మరియు సాంద్రతను పెంచుతుంది

ప్రయోజనాలు:

- జుట్టును మెత్తగా, వత్తుగా, నల్లగా మరియు ప్రకాశవంతంగా చేస్తుంది



మూలికా షాంపూ

- జుట్టు కుదుళ్ళలోకి చేరుకొని దాన్ని వత్తుగా చేస్తుంది
- కాలుష్యం, ఎండ, వేడి మరియు దుమ్ము నుండి జరిగే నష్టం నుంచి సంపూర్ణ రక్షణ ఇస్తుంది
- జుట్టును దృఢం చేస్తుంది మరియు జుట్టు రాలడాన్ని ఆపేస్తుంది

ప్రయోజనాలు:

- జుట్టు సాంద్రతను మరియు పొడవును పెంచుతుంది
- జుట్టు రాలడాన్ని ఆపుతుంది, జుట్టును మరింత అందంగా చేస్తుంది

త్వరలో ప్రారంభం
కండిషనర్ మరియు సీరమ్

ప్రముఖ మెడికల్ దుకాణాలన్నిటిలోనూ లభిస్తుంది

సంప్రదించండి:

ఉత్పాదన సమాచారం కోసం: 9989906808 • వర్తకం: 9227788502

ఇమెయిల్: dkmehta@vasuhealthcare.com • www.trichup.com

షరతులు వర్తిస్తాయి

Tiger



ఫంకీ లుక్

ఫంకీ స్టయిల్ కర్లీ స్విచ్, ఆర్టిఫిషియల్ హెయిర్‌తో షార్ట్ స్టెప్ కట్ హెయిర్‌ను డెకోరేట్ చేశారు. ఎంతో బాగుంది!






స్నేహితుల ఒత్తిడి, చికాకుపెట్టే బాస్,
గడువులు, దీర్ఘకాల పనివేళలు,
నిద్రలేని రాత్రులు, మానసిక ఒత్తిడి, ఒత్తిడి, ఒత్తిడి...
www.wonderla.com
రిఫ్రెష్ &
రీచార్జ్
WHAT A REFRESHING CHANGE!
30 lakh happy visitors
Wonderla Holidays Pvt. Ltd.
28th km, Mysore Road, Bangalore - 562 109, Ph: 080 22010333, 09945557777
E-mail: gr@wonderla.com
For Information & Booking: • Ananthapur : 9440253355 • Chittor : 9391105373.
Wonder la
THE AMUSEMENT PARK
BANGALORE
MediaMate 10/18469





ఆ కళ్లల్లో రంగుల స్వప్నాలు

ఆ కళ్లల్లో ఎన్నో కలలు
రంగు రంగుల గోరింటతో
మెరిసింది శరీరం తళుక్కున.
మనసు వెళ్లిపోయింది ఎటో
ప్రియుడి జ్ఞాపకాలతో...

Advertorial

VEGA

Head-to-Toe beauty accessory tools



MS-05

4 సులభమైన అడుగులు

మీ చేతులను అందంగా తీర్చిదిద్దుతాయి

మెరిసే గోళ్లకు కేవలం నెయిల్ పెయింట్స్ మాత్రమే సరిపోవు, మేనిక్యూర్ టూల్స్ మీ గోళ్లకు పరిపూర్ణ అందాన్ని తీసుకు వస్తాయి.

అందమైన గోళ్లు తమకు ఉండాలని స్త్రీలందరూ కోరుకుంటారు. మీరు హెయిర్ స్టయిల్ ఫ్యాషన్‌లో ఉన్నత శిఖరాలను అధిరోహించాలని కోరుకుంటున్నారా? అయితే మీ చేతులను ఒకసారి పరిశీలించుకోండి. చేతుల విషయంలో మీరు తగినన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ఎంతో అవసరం. అందమైన, నాజూకైన చేతులు మీ వ్యక్తిత్వాన్ని ప్రదర్శిస్తాయి. శరీరంలోని ఇతర అవయవాల్లాగే చేతుల కోసం ప్రత్యేక శ్రద్ధ అవసరం. చేతులపై ఉండే చర్మం సున్నితంగా ఉంటుంది. కాబట్టి తగినన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే మీరు నాజూకైన చేతులను సొంతం చేసుకోవచ్చు.

మీ సోగ కళ్ల చూపులకు ఆరోగ్యంగా కనిపించే ప్రకృతి సిద్ధమైన గోళ్లు ఒక కాంప్లిమెంట్ లాంటివి. చాలామంది స్త్రీలు పొడవైన గోళ్లను ఇష్టపడతారు. ఇవి తల నుండి పాదాల వరకు సమన్వయ దృష్టిని కలుగచేస్తాయి.

కాని ఇక్కడ ఒక సమస్య ఎదురవుతుంది. పొడవైన గోళ్లు విరిగిపోతుంటాయి. తెగిపోతుంటాయి. ఇలాంటి సందర్భంలో ఇతర గోళ్లను కూడా మీరు ట్రిమ్ చేయాల్సివస్తుంది. పొడవైన గోళ్లను పెంచడం ఒక ఛాలెంజ్ లాంటిది. తగినన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటూ రెగ్యులర్ మెయింటెనెన్స్ కనుక చేస్తే మీ కల నిజం చేసుకోవచ్చు.

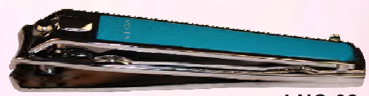
ప్రపంచ స్థాయి అందం, సొగసు మీ సొంతం కావాలంటే మీకు ఇలాంటి నాణ్యమైన మేనిక్యూర్ టూల్స్ కావాలి :

● నెయిల్ కట్టర్/ నెయిల్ క్లిప్పర్, ● నెయిల్ క్లీనర్, ● నెయిల్ ఫైల్ ● క్యూటికల్ ట్రిమ్మర్ & పుషర్ ● క్యూటికల్ నిప్పర్, ● నెయిల్ బఫర్ ● ట్వీజర్ (స్క్వేర్ -టిప్) ● నెయిల్ బ్రష్.



MS-08

స్టెప్ 1 : పెరిగే గోళ్లను, వంగిపోయే గోళ్లను కట్ చేయడానికి క్లిప్పర్ వాడతారు. ఈ టూల్‌తో గోళ్లను తొందరగా, సులభంగా, సురక్షితంగా కట్ చేయవచ్చు.



LNC-02

స్టెప్ 2 : పెళుసుగా ఉన్న గోళ్లు, విరిగిపోయే గోళ్ల చివర్లను సమానంగా, నునుపుగా, అర్థ వృత్తాకారంగా తీర్చిదిద్దడానికి ఈ ఫైల్ ఉపయోగపడుతుంది. టూ సైడెడ్, నికెల్ ప్లేటెడ్ సర్ఫేస్ ఉన్న ఫైల్స్ గోళ్లు నునుపు తేలడానికి మంచిగా ఫైలింగ్ చేయడానికి, ప్రత్యేకంగా రూపొందించినవి.



NF-8BL

స్టెప్ 3 : గోళ్ల చుట్టూ పేరుకునే మృతకణాలు తొలగించడానికి, అందంగా కనిపించేలా చేయడానికి క్యూటికల్ ట్రిమ్మర్స్, పుషర్స్‌ను ఉపయోగిస్తారు.



CTP-01

స్టెప్ 4 : సహజంగా పెరిగే గోళ్లను తీర్చిదిద్దడానికి, చివర్లు సరిచేయడానికి, మెరిసేలా చేయడానికి నెయిల్ బఫర్‌ను నాలుగు దశల్లో ఉపయోగిస్తారు. పరిశుభ్రంగా, పొడిగా ఉన్న గోళ్ల పైభాగంపై నెయిల్ బఫర్‌తో బఫింగ్ చేస్తే గోళ్లు ఎంతో చక్కగా కనబడతాయి. మెరుస్తూ కనిపిస్తాయి. బఫింగ్ గోళ్ల పైభాగాన్ని నున్నగా మారుస్తుంది. గరుకుగా ఉండే గోళ్ల చివర్లను స్మూత్‌గా, అందంగా మారుస్తుంది.



NB-01

ఇవన్నీ చేసాక మీరు గోళ్లను పాలిష్ చేస్తే అప్పుడు మీ గోళ్లు ఏడాది పొడవుగా ట్రిమ్‌గా, అందంగా కనిపిస్తూ ఉంటాయి.

E-mail: info@vega.co.in **Customer Care No.:** +91-9717393745

Website: www.vega.co.in

సౌత్ ఇండియా

టూరిజం స్పెషల్

మైసూర్

మైసూర్

ఎలా వెళ్లాలి? :

మైసూర్ బృందావన్ గార్డెన్స్‌కు ప్రసిద్ధి. ఈ ప్రదేశం చాలామందికి సుపరిచితం. అన్ని ప్రధాన నగరాల నుండి రోడ్డు రవాణా, విమాన ప్రయాణ సౌకర్యాలు ఉన్నాయి. ఇక్కడ మంచి గెస్ట్‌హౌస్‌లు లభిస్తాయి.

వాయు మార్గం :

మైసూర్ అతి దగ్గరలో ఉన్న ఎయిర్‌పోర్టు బెంగళూరు ఎయిర్‌పోర్ట్. ఇక్కడి నుండి 140 కి.మీ. దూరంలో మైసూర్ ఉంది.

రైలు మార్గం :

బెంగళూరు-మైసూరు మధ్య రైల్వే సర్వీసులున్నాయి. చెన్నై నుండి మైసూరుకు శతాబ్ది ఎక్స్‌ప్రెస్ ఉంది.

రోడ్డు మార్గం :

దేశంలోని అన్ని ప్రధాన నగరాల నుండి ఇక్కడికి బస్సు సౌకర్యం ఉంది. ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ రవాణా సంస్థలు ప్రయాణికులకు తగిన సౌకర్యాలు ఏర్పాటుచేసారు. ఇక్కడ ఎలాంటి సమస్యలు ఉండవు.

ఎక్కడ బస చేయాలి? :

లలితా మహల్ ప్యాలెస్, సిద్ధార్థ నగర్ (ఫోన్ : 0821 - 571265),

హోటల్ శిల్పాశ్రీ, గాంధీ స్క్వేర్ (ఫోన్: 425979),

హోటల్ క్వాలిటీ ఇన్ సదరన్ స్టార్, వినోబా రోడ్ (ఫోన్: 438141, 429686),

హోటల్ సందేశ్ ద ప్రిన్స్, నజర్ బాద్ రోడ్ (ఫోన్ : 24367777, 2436999),

హోటల్ ఎంబసీ, లే ఎల్, బి రోడ్ (ఫోన్: 522499)

కర్ణాటక ఒడిలో ఒదిగిన మైసూరు నగరం తన అందాలతో ప్రపంచంలో ఒక ప్రత్యేక స్థానాన్ని సంపాదించింది. చరిత్రాత్మక కట్టడాలు అక్కడ భద్రంగా ఉన్నాయి. ఎన్నో ఉద్యానవనాలు ఉన్నాయి. వీటిని చూడడానికి పర్యాటకులు తండోపతండాలుగా తరలి వస్తారు. అందమైన ఉద్యానవనాలు, విశాలమైన భవనాలు, మీనారులు, గుమ్మటాలు, చారిత్రక కట్టడాలు ఇక్కడ సజీవంగా కనిపిస్తాయి.

సముద్ర మట్టానికి 770 మీటర్ల ఎత్తులో ఉన్న మైసూరును వడయార్ రాజులు రాజధానిగా ఎంపిక చేసుకున్నారు. తర్వాత వచ్చిన హైదరాలీ, టిప్పుసుల్తానులు శ్రీరంగపట్టణాన్ని రాజధానిగా చేసుకున్నారు.

సంవత్సరమంతా వాతావరణం ఆహ్లాదకరంగా ఉండటం ఇక్కడి ప్రత్యేకత. అయినప్పటికీ మైసూరులో అక్టోబరు నెల పర్యటనకు ఎంతో అనుకూలంగా ఉంటుంది. అక్టోబరు నెలలో ఇక్కడ భారీ ఎత్తున దసరా ఉత్సవాలు జరుగుతాయి. ఇది 10 రోజులపాటు జరుగుతుంది. ఇక్కడ పర్యాటకుల రద్దీ కూడా బాగానే ఉంటుంది.

పర్యాటకుల బడ్జెట్‌కు తగిన విధంగా ఇక్కడ హోటళ్లు, రిసార్ట్స్ లభిస్తాయి. ప్రకృతితో పాటు చారిత్రక కట్టడాలను ఇక్కడ చూడవచ్చు.

దర్శనీయ స్థలాలు

చాముండీ పర్వతం : సముద్రమట్టానికి 335 మీటర్ల ఎత్తులో వెలసిన చాముండీ పర్వతం మైసూరుకు 13 కి.మీ. దూరంలో ఉంది. ఈ పర్వతంపై చూడటానికి, తిరగటానికి ఎన్నో ప్రదేశాలున్నాయి. ఇక్కడ ఉన్న సరోవరాలు, పార్కులు, ప్రకృతి అందాలు సందర్శకులకు కనువిందు చేస్తాయి. ఇక్కడ ఒక ఆలయం ఉంది. 4 మీటర్ల ఎత్తులో ఒక నంది విగ్రహం ఉంది. ఇక్కడ పూజారుల ఇష్టారాజ్యం నడుస్తూ ఉంటుంది.

సెయింట్ ఫిలోమినా చర్చి : మైసూరుకు ఉత్తరం వైపు ఉన్న ఈ చర్చిని గోథిక్ శైలిలో నిర్మించారు. ఈ చర్చిలో ఉన్న అందమైన గుమ్మటాలు, గవాక్షాలు, గాజుల రంగులు చూడముచ్చటగా ఉంటాయి.

పక్షుల స్థావరం : ఇక్కడి పక్షులకు ఒక ప్రత్యేకత ఉంది. అంతరించిపోయిన కొన్ని పక్షులను, మొక్కలను ఇక్కడ చూడవచ్చు. పులులు, జింకలు, హంసలు, కొండచిలువలు, కింగ్ కోబ్రాలను ఇక్కడ చూడవచ్చు. ఇక్కడ స్నేక్ పార్కు ఉంది.

లలిత్ మహల్ ప్యాలెస్ : మైసూరుకు 9 కి.మీ. దూరంలో చాముండీ పర్వతం కింద ఈ ప్యాలెస్ ఉంది. అప్పటి రాజులు తమ విడిది ప్రదేశంగా ఈ ప్యాలెస్‌ను ఉపయోగించేవారు. ఇప్పుడు ఇది హోటల్‌గా మారిపోయింది. ఈ మహల్ పర్యాటకుల ప్రముఖ ఆకర్షణ కేంద్రంగా మారిపోయింది.

శ్రీరంగ పట్టణం : మైసూరుకు 16 కి.మీ. దూరంలో వెలసిన ఈ ప్రాచీన, చారిత్రక నగరం మొదట హైదర్ అలీ, ఆ తర్వాత టిప్పుసుల్తాన్‌లు రాజధానిగా ఏర్పాటుచేసుకున్నారు. వీరిద్దరూ ఈ నగరాన్ని సర్వాంగ సుందరంగా మలిచారు. ఇక్కడ వీరు నిర్మించిన అద్భుతమైన ఆలయాలు, సమాధులు ఉన్నాయి. ఇండో ఇస్లామిక్ ఆర్కిటెక్చర్ ఈ కట్టడాల్లో కనిపిస్తుంటుంది. ఇంగ్లీషు వారితో పోట్లాడిన యుద్ధభూమిగా ఇక్కడ ఎన్నో జ్ఞాపకాలు గుర్తుకొస్తాయి. దానికి సాక్షిగా శ్రీరంగ పట్టణం నిలబడుతుంది.

శ్రీ జయ చామరాజేంద్ర ఆర్ట్ గ్యాలరీ : 1875లో జగ్మోహన్ మహల్ రూపురేఖలు మార్చి ఒక ఆర్ట్ గ్యాలరీగా రూపొందించారు. ఈ గ్యాలరీలో చరిత్రను తెలియచెప్పే కళాత్మక వస్తువులను చూడవచ్చు. గోల్డ్ లీఫ్ పెయింటింగ్ ఈ మహల్లోనే ఉంది. ఇది ఒక ప్రత్యేక ఆకర్షణ.

బృందావన్ గార్డెన్స్ : మైసూరుకు 19 కి.మీ. దూరంలో ఉన్న ఈ ఉద్యానవనం 6 కి.మీ. విస్తీర్ణంలో వ్యాపించి ఉంది. ఈ అందమైన తోటను రాజా కృష్ణ వడయార్ జ్ఞాపకార్థం నిర్మించారు. ఇక్కడ 100 స్పీకర్ల నుండి సంగీత స్వరాలు వినబడుతుంటాయి. నాలుగువైపులా అశోక వృక్షాలు వ్యాపించి ఉన్నాయి. ముఖమల్ దుప్పటిలాగా పచ్చికబయళ్ళు వ్యాపించి కనువిందు చేస్తాయి. రంగురంగుల పూల సౌరభాలు, వాటి చమక్కులు, వాటర్ ఫౌంటెన్ అందాలు నయనానందకరంగా ఉంటాయి.

- బి.ఆర్.

శ్రావణ బెళగొళ

ఈపేరు వినగానే గోమటేశ్వరుడి విశాలమైన, అతి ఎత్తయిన విగ్రహం నగ్నరూపంలో పర్యాటకుల కళ్లముందు లీలగా దర్శనమిస్తుంది. 'చంద్రగిరి', 'ఇంద్రగిరి'గా పేరుగాంచిన రెండు చిన్న పర్వతాల మధ్య ఈ భారీ విగ్రహం ఏర్పాటు చేసారు. ఇక్కడ ఒక పెద్ద చెరువు ఉంది. ఇంద్రగిరి పర్వతంపై ఈ శ్రావణ బెళగొళ నిర్మితమై ఉంది. ఒకే శిలను చెక్కి 58 అడుగుల గోమటేశ్వర విగ్రహాన్ని రూపొందించారు. ఇది ఎంత విశాలమైందో చెప్పాలంటే విగ్రహం పెదాలను గమనించవలసి ఉంటుంది. ఆ గోమటేశ్వరుడి పెదాలపై ఒక వ్యక్తి 5-6 అడుగుల విస్తీర్ణంలో హాయిగా పడుకోవచ్చు. ఈ మూర్తిని చేరుకోటానికి 400కిపైగా మెట్లను ఎక్కవలసి ఉంటుంది.

ఈ విగ్రహాన్ని శిల్పకళలో ఒక అద్భుతమైన నమూనాగా వర్ణిస్తారు. దీనిపై లతలను, తీగలను ఎంతో బాగా తీర్చిదిద్దారు. ఇక్కడ 500కిపైగా


ఒక నిజమైన కేసు అధ్యయనం
ASWINI
Ms. Kajol Mandal, Student,
40, Mallickpara, Hariharnagar,
Kolkata, West Bengal
మిస్ కాజోల్ మండల్ మా హెయిర్ కేర్ టెలీక్లినిక్‌కు ఫోన్ చేసి తాను చుండ్రు సమస్యతో తీవ్రంగా బాధపడుతున్నట్టు చెప్పింది. అప్పుడు మేము మరింత అభివృద్ధి చేసిన **అశ్విని హెయిర్ ఆయిల్** వాడమనిసలహా ఇచ్చాం. దాని ఫలితం చూడండి.
వాడక ముందు
వాడిన 3 నెలల తర్వాత
"3 నెలలు '**అశ్విని హెయిర్ ఆయిల్**' వాడిన తర్వాత నాకు తీవ్రమైన చుండ్రు సమస్య నుండి ఉపశమనం లభించింది"
ASWINI
HAIR OIL
Vibgyoradvertising
మరింత అభివృద్ధి చేసిన అశ్విని హెయిర్ ఆయిల్ మునుపటికన్నా మంచి ఫలితాలను ఇస్తున్నది.



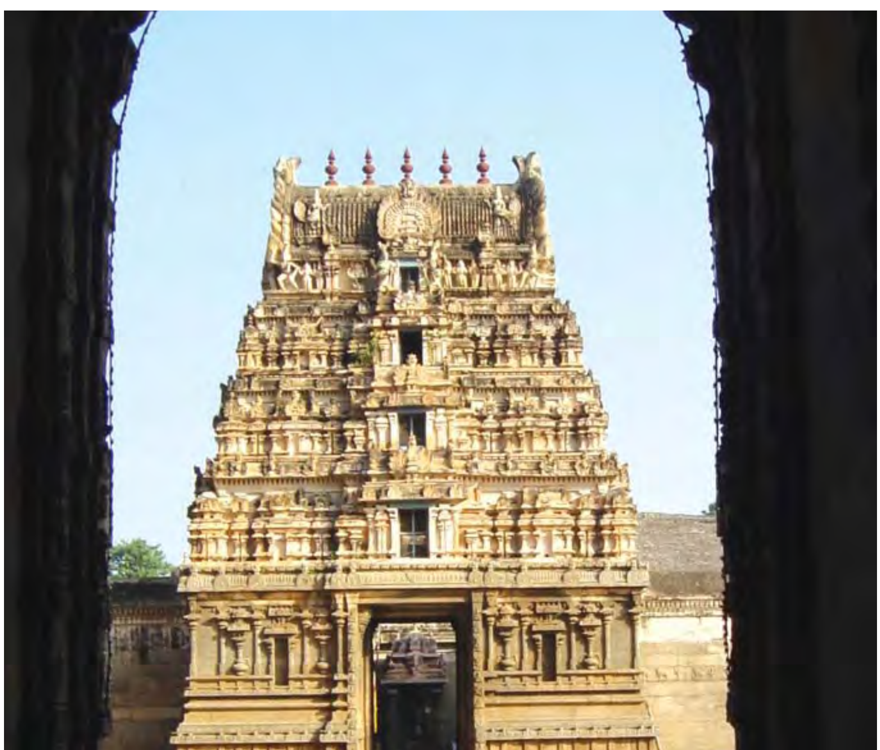
మైసూరు ప్యాలెస్: ఈ మహల్‌లో ఉన్న ఎత్తయిన స్వర్ణ గుమ్మటం పర్యాటకులను మంత్రముగ్ధులను చేస్తుంది. ఇది నగరం మధ్యలో ఉంది. దీని దర్వాజాలు, కిటికీలు చూడదగినవి. ఇక్కడ ఉన్న మ్యూజియమ్ ఎంతో బాగుంటుంది. ఈ ప్యాలెస్‌ను ఇండో ఇస్లామిక్ శైలిలో గ్రానైట్ రాళ్లతో నిర్మించారు. దర్బార్ హాల్, దివానే ఖాస్, అంబావిలా, ఏనుగు సింహాసనం, కళ్యాణ మండపం, గోల్డ్ రాయల్, విశాల్ ఆర్ట్ గ్యాలరీ ఈ ప్యాలెస్‌లో చూడదగినవి.



శిలాశాసనాలున్నాయి. ఇంద్రగిరి పర్వతం నుండి తొంగి చూస్తే నగర అందాలు కనిపిస్తాయి. ఇక్కడి నుండి చంద్రగిరి స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. ఇక్కడి నుండి ఫొటోలు తీసుకోవచ్చు. శ్రావణ బెళగొళలోని ఈ మహాబలి విగ్రహాన్ని జనరల్ థల్‌సేనా, తత్వవేత్త ఛవుందరాయలు తయారుచేయించారు. దీనికి నాలుగువైపులా వ్యాపించిన నగరం చిన్నగా ఉన్నప్పటికీ ఇక్కడ ఉన్న మఠాలు, శిల్ప కళాఖండాల కారణంగా ఒక ముఖ్య ఆకర్షణ కేంద్రంగా మారింది.

వెల్లూరు

దక్షిణ భారత చరిత్రలో స్వర్ణయుగంగా పరిగణించిన 10-11వ శతాబ్దంలో హొయసల రాజవంశానికి చెందిన మొదటి బల్లాలు వెల్లూరును రాజధానిగా చేసుకుని పరిపాలించారు. ఇక్కడ నిర్మించిన ఆలయాల అందాలను

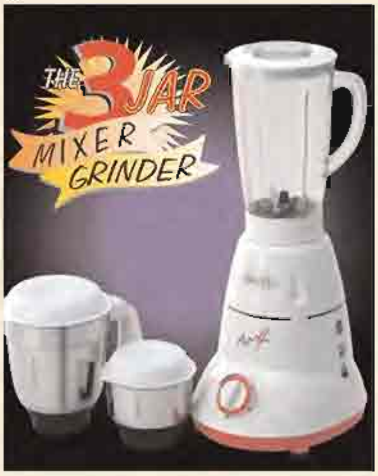


ఇంత పవర్ మీ ఇంట్లో ఉండగా మిమ్మల్ని 'హోంమినిస్టర్' అంటూ చమత్కరించడం సబబేనేమో !

ఏమంటారు అమాత్యా !







మేపుల్ మిక్సీలు - విస్టాప్రైమా (5 జార్ల మిక్సీ), విస్టా, పవర్‌మాక్ అత్యంత శక్తివంతమైన 1 HP మోటర్ కలిగినవి. ఎన్నో సాంకేతిక విలువలు కలిగిన ఈ మిక్సీల మోటర్‌లపై 5 సం॥ల వారంటీ కూడ కలదు. మాక్స్, మాక్స్ డీలక్స్ ఎంతో దృఢమైన స్టీలు జార్స్, 550 వాట్ల మోటరు సామర్థ్యం కలిగినవి.

మీ పనులన్నీ ఇక పై క్షణాల్లో పూర్తి చేయండి. అదే కదా పవరంటే.



Register online and get important tips on maintenance of your kitchen equipment and information on our future products.
Shop online @ www.maple.co.in
Maple care & Corporate enquiries : 9989625176.

MAPLE™
Ideas for better living

welkin

అక్షరాలతో వర్ణించలేం.

1116 లో నిర్మించిన చెన్న కేశవ ఆలయం అద్భుత శిల్ప సంపదకు ఆలవాలంగా నిలుస్తుంది. ఈ ఆలయాన్ని నిర్మించడానికి **103** సంవత్సరాలు పట్టింది. చోళరాజ్యంపై విజయం సాధించిన సందర్భంగా ఒక జ్ఞాపక చిహ్నంగా ఈ ఆలయాన్ని నిర్మించారు. రాజా విష్ణువర్ధన్ దీన్ని నిర్మించాడు. ఇక్కడి శిలాఫలకాలపై అద్భుతమైన శిల్పకళ కనిపిస్తుంది.

శిలాఫలకాలపై పౌరాణిక గాథలు, నర్తకీ మణులు, ఏనుగులు ఎంతో అందంగా చెక్కారు. అప్పటి ఈ శిల్పాలను చూస్తే ఆశ్చర్యం కలుగుతుంది. భారతీయ శిల్ప కళ ఎంత ఉచ్ఛస్థితిలో ఉందో ఈ శిల్పాలు తెలియచేస్తాయి.

ఆలయం లోపల పద్మినీ శిల్పం ఎంతో అందంగా కనిపిస్తుంటుంది. సజీవంగా మన కళ్ల ముందు ఉన్నట్లే అనిపిస్తుంటుంది. పూల తీగల అందాలను ఇక్కడ చూడవచ్చు. ఆలయం బయట పరిసరాలు ఎంతో అందంగా ఉంటాయి. శిల్పుల అద్భుతమైన ప్రతిభ ఇక్కడి శిల్పాల్లో ప్రతిబింబిస్తుంది.

- అమిత

బీజాపూర్

బీజాపూర్ ఒక చారిత్రక నగరం. ఇక్కడ ప్రాచీన కాలంనాటి సమాధులు, కోటలు, ప్రాసాదాలు, మసీదులు ఎన్నో ఉన్నాయి. గత ఘన చరిత్రకు ఇవన్నీ ఆనవాళ్లు.

దాదాపు **200** సంవత్సరాలపాటు కొనసాగిన ఆదిల్ షాహీ రాజవంశస్థుల పరిపాలన కాలంలో ఇక్కడ శిల్ప కళ ఉచ్ఛ స్థితిలో కొనసాగింది. **10** వ శతాబ్దం వరకు బీజాపూర్ చాళుక్య రాజుల స్వాధీనంలో ఉంది. వీరి కాలంలో బీజాపూర్ ఒక ప్రత్యేకతను సంపాదించుకుంది. ఈ చాళుక్య రాజులే దీనికి బీజాపూర్ అన్న పేరు పెట్టారు. **13** వ శతాబ్దంలో అప్పటి ఢిల్లీ సుల్తాన్ అల్లావుద్దీన్ ఖిల్జీ అధీనంలోకి బీజాపూర్ వచ్చింది. ఆ తర్వాత ఈ ప్రాంతాన్ని బహమనీ రాజులు పరిపాలించారు. బీజాపూర్ అనగానే ఇక్కడి గోల్‌గుంబజ్ గుర్తుకు వస్తుంది. ఇది ఆదిల్‌షా రాజవంశస్థుల అభిరుచికి, శిల్ప కళకు ఉత్కృష్టమైన నమూనా అని చెప్పవచ్చు. దీన్ని చూడడానికి లక్షల సంఖ్యలో పర్యాటకులు వస్తుంటారు.

దర్శనీయ స్థలాలు

గోల్ గుంబజ్: ఇది ప్రపంచంలోనే అతి విశాలమైన రెండవ గుమ్మటం. ఇది మహమ్మద్ ఆదిల్‌షా సమాధి. ఈ గుమ్మటంలో మీరు ఒక్కసారి గట్టిగా అరిస్తే మీరు చేసే ధ్వని **11** సార్లు ప్రతిధ్వనిస్తుంది.

44 మీటర్ల వ్యాసార్థంలో ఉన్న ఈ గోల్‌గుంబజ్ ఏకశిలా నిర్మాణం. ఈ గుంబజ్ నిర్మాణం అత్యద్భుతం. మెట్ల నుండి గుంబజ్ పైభాగానికి వెళ్లవచ్చు. ఇక్కడ నుండి నగరాన్నంతా చూడవచ్చు. గుంబజ్ నాలుగు కోణాల నుండి నాలుగు మీనార్లున్నాయి. ప్రతి మీనారు ఏడు అంతస్థులుగా ఉంటుంది. ఇక్కడి వంద మెట్లు **13** భాగాలుగా విభజించి ఉన్నాయి. సమాధి లోపల భాగానికి ఎటువంటి ఆధారం లేదు. అష్టకోణంలో ఉన్న ఈ ప్రదేశం విస్తీర్ణం **1700** చదరపు మీటర్లు. గుంబజ్ పైభాగం **54** మీటర్ల ఎత్తులో ఉంది. ఆదిల్‌షా కుటుంబ సభ్యుల సమాధులు గుంబజ్ కింది భాగంలో ఉన్నాయి.

జుమ్మా మసీదు : ఆదిల్ షా కాలంలో ఈ మసీదు నిర్మించారు. ఇందులో స్వర్ణాక్షరాలతో రాసిన ఖురాన్ గ్రంథం అద్భుతంగా ఉంటుంది. మసీదు గోడలపై చెక్కిన శిల్పకళ కనువిందు చేస్తుంటుంది. **12** భాగాలుగా కనిపించే ఈ శిల్పకళ వాస్తుకళకు ఒక గొప్ప ఉదాహరణగా నిలుస్తుంది.

ఇబ్రహీం రోజా : ఇదొక అందమైన సమాధి. దీని గోడలను అందమైన డిజైన్లతో రూపొందించారు. దీని గుమ్మటాలు, గదులు, వసారాలు, ద్వారాలు ఎంతో ఆకర్షణీయంగా ఉంటాయి. రెండవ ఇబ్రహీం ఆదిల్‌షా సమాధి ఇది. నగర పొలిమేరల్లో ఉంది. ఇది తాజ్ మహల్‌కి ప్రేరణ కలిగించిందని చెబుతారు.

- మంజుల





Silky
Enlighten
Smooth
Aesthetic Hair
సెసా®
హెర్బల్ హెయిర్ ప్రొటీన్ షాంపూ
మీ కొయిర్ స్పెషలిస్ట్
sesa
HAIR PROTEIN SHAMPOO
with conditioners
Natural Vitamin E & vitamin C
Green Apple | Anti Oxidant
నా అందమైన వెంట్రుకలను చూసి
నేను గర్వపడుతున్నాను...
అవునండీ. ఇది సెసా అద్భుతమే!!!
సెసా ఆయిల్
సెసా ఆయిల్ యాంటీ డేండ్రఫ్ థెరపీ
సెసా యాంటీ డేండ్రఫ్‌షాంపూ
సెసా ఎక్స్‌ట్రా కండిషనింగ్ షాంపూ
సెసా హెయిర్ కండిషనర్
10ml FREE
A QUALITY PRODUCT FROM THE HOUSE OF SESA
Strong Hair from 7th day*
సెసా హెయిర్ ప్రొటీన్ షాంపూ
కోట్లాదిమంది స్వీకరించారు... మరి మీరు పరీక్షించారా?
*Result may vary from person to person.
PRITHVI
Ban Labs Ltd.- Rajkot Tel: (0281) 2366411-12-13 Email: consumer.care@banlab.com www.banlab.com www.banpersonalcare.com



కమల్ బస్తీ : బెల్గాంలో ఉన్న ఈ కమల్ బస్తీ ఒక ముఖ్య ఆకర్షణ కేంద్రం. ఇక్కడి శిల్పకళ పర్యాటకులను విశేషంగా ఆకర్షిస్తుంది.

బెల్గాం

కర్ణాటక రాష్ట్రంలో వాయవ్య భాగంలో ఉన్న ఒక చారిత్రక ప్రదేశం ఇది. బెల్గాంలో ఒక కోట ఉంది. 1204 లో బిచీ రాజు దీనిని నిర్మిం చాడు. ఈ ప్రాంతాన్ని యాదవ వంశం పరిపాలించింది. అప్పుడు ఈ ప్రాంతం రాజధానిగా విలసిల్లింది. ఆసమయంలో విజయనగర సామ్రాజ్యం ఉన్నత స్థితిలో ఉంది. వారి కాలంలో బెల్గాం ఒక ముఖ్య వ్యాపార కేంద్రంగా పేరు సంపాదించింది. ఇక్కడ కలప, వజ్రాల వ్యాపారం జరిగేది. ప్రాచీనకాలంలో దీనిని 'వేణు గ్రామ్' 'యదు గ్రామ్'గా పిలిచేవారు. 1836లో ఒక బ్రిటిష్ అధికారి ప్రమేయంతో ఈ జిల్లా పేరు సంపాదించింది. బెల్గాంమాట వినగానే స్వాతంత్ర్య పోరాటానికి సంబంధించిన చరిత్ర గుర్తుకు వస్తుంది. 1924లో జరిగిన రాష్ట్రీయ కాంగ్రెస్ సమావేశంలో ఈ నగరం చర్చకు వచ్చింది. ఈ మీటింగ్‌కి గాంధీజీ అధ్యక్షత వహించారు.

బెల్గాంలో ప్రవేశించగానే అక్కడ ఉన్న కోట మనకు స్వాగతం చెబుతుంది. సౌదంతిరట్ రాజుల పాలనాకాలంలో దీనిని నిర్మించారు. 110 ఎకరాల్లో ఈ కోట విస్తరించి ఉంది. ఒకప్పుడు ఈ కోట చుట్టూ 15 మీటర్ల లోతులో కందకం ఉండేది. ఈ కందకంలో భయంకరమైన మొసళ్లు తిరుగుతుండేవి.

115 సంవత్సరాల క్రితం స్వామి వివేకానంద తన పర్యటనలో భాగంగా బెల్గాం వచ్చారు. ఆయన బసచేసిన స్థలాన్ని ఒక స్మారక చిహ్నంగా రూపొందించారు. ఇప్పుడు దాన్ని సాంస్కృతిక కేంద్రంగా పిలుస్తున్నారు.

దర్శనీయ స్థలాలు

సైనిక స్మారక కేంద్రం : ఇది రైల్వేస్టేషన్ దగ్గర ఉంది. సైనిక్ మహాదేవ స్మారక చిహ్నంగా దీన్ని పిలుస్తారు. ప్రశాంత వాతావరణంలో ఇది ఉంది. పిల్లల కోసం ఇక్కడ 'చిడియా ఘర్' ఏర్పాటుచేసారు.

జంబోతి పర్వతం : బెల్గాం నుండి 20 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉంది. ఇది పర్యాటక కేంద్రంగా పేరు సంపాదించింది. దీనికి నలువైపులా పచ్చికబయళ్లు, సహ్యాద్రి పర్వత శ్రేణులు కనిపిస్తాయి. పర్యాటకులకు కనువిందు చేస్తాయి.

సెలయేళ్లు : బెల్గాంలో ఎన్నో సెలయేళ్లు ఉన్నాయి. మండోవి నదీతీరంలో వజ్రపోహ సెలయేరు ఉంది. గోగాక్, అంబోలి జలపాతాలు పర్యాటకులను ఆకర్షిస్తాయి. ఇక్కడ ఉన్న జలపాతాల్లో గౌడ్‌చెన్ మాలికీ జలపాతం పేరు గాంచింది. ఇక్కడ దాదాపు 100 మీటర్ల ఎత్తు నుండి నీటి ధారలు మెట్లపై పడుతూ చిందులు తొక్కుతూ ముందుకు సాగిపోతుంటాయి. ఒక మెట్టు నుండి రెండవ మెట్టు మధ్య ఉన్న దూరం 30 మీటర్లు ఉంటుంది.

శిక్షణా కేంద్రం : మహారాష్ట్ర, గోవా సరిహద్దులు బెల్గాంను తాకుతూ ఉంటాయి. అందుకే ఇక్కడ ఉన్న విద్యాసంస్థలు బాగా పేరు సంపాదించాయి. 1916లో స్థాపించిన కె.ఎల్.ఇ., కె.ఎల్.ఎస్. సంస్థలు కర్నాటకలోనే కాదు మహారాష్ట్రలోనూ పేరు ప్రఖ్యాతులు సంపాదించాయి.

జింకల పార్కు : బెల్గాంకు 18 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఈ జింకల పార్కు ఉంది. పిల్లలకు ఇది ఒక ఆకర్షణీయమైన కేంద్రం. ప్రతిరోజూ ఇక్కడికి వేలసంఖ్యలో పర్యాటకులు వస్తుంటారు.

- వి.వి.కె

హిమపాద గోపాలస్వామి

మంచుతో కప్పిన కొండలు, వణికించే చలి,



అలసిపోయే యాత్ర, దాంతోపాటు బాగా డబ్బు ఖర్చు. ఇవన్నీ హిమాలయాల దర్శనానికి సంబంధించిన విషయాలు. కానీ అలాంటి వాతావరణాన్ని, అనుభూతులను కర్ణాటకలోనూ మనం ఆస్వాదించవచ్చు. కర్ణాటక రాష్ట్రంలో గుండల్‌పేట్‌కి నైరుతిభాగంలో **15** కిలోమీటర్ల దూరంలో ఒక పర్వతంపై హిమపాద గోపాలస్వామి ఆలయం ఉంది. ఈ ఆలయానికి చేరుకుంటే ఉత్తరభారతంలోని హిమాలయాలు గుర్తుకు వస్తాయి. ఇదొక హిల్‌స్టేషన్‌లా ఉంటుంది. ప్రకృతి అందాలకు ఇక్కడ కొదవ లేదు. పచ్చని ప్రకృతి ఇక్కడ పలకరిస్తుంది. ఇక్కడ కేవలం శనివారం మాత్రమే ప్రభుత్వ బస్సులు తిరుగుతాయి.

కాబట్టి ఇక్కడికి చేరుకోడానికి టూర్ ప్యాకేజీతో గానీ, ప్రైవేట్ వాహనంలో గానీ వెళ్లాలి. ఇక్కడ ఒక రాత్రి ఉండి మరుసటి రోజు అంతా తిరిగి చూడవచ్చు. ఇక్కడ అన్ని కాలాల్లోనూ, వాతావరణం అహ్లాదకరంగా ఉంటుంది. రాత్రి పూట వెన్నెల, నక్షత్రపు వెలుగులను చూస్తూ ఆనందించవచ్చు. ఇక్కడ చలికాలంలో హిమాలయాల వాతావరణం కనిపిస్తుంది.

జీవితంలో థ్రిల్ కోరుకునే వారికి, కొత్త దంపతులకు, యువ జంటలకు ఈ ప్రాంత పరిసరాలు ఎంతో అనువుగా ఉంటాయి. ఇక్కడ చాలామంది క్యాంపులు, ఫైర్ ఫంక్షన్స్ ఏర్పాటు చేసుకుంటుంటారు. వేడి వేడి కాఫీ, సూప్ రెడీమేడ్‌గా ఇక్కడ లభిస్తుంది. ఇక్కడ గడిపిన రోజులన్నీ మరిచిపోలేని జ్ఞాపకాలుగా నిలుస్తాయి.

నలువైపుల విస్తరించిన వనాలు, లోయల్లో దోబూచులాడే మబ్బులు, చల్లని పిల్లగాలులు, పొగమంచు తెరలు ఇవన్నీ ఎక్కడికో మనం చూడని లోకానికి తీసుకువెళతాయి.

కాలినడకలో వెళ్లినా, ఇక్కడి పర్వతారోహణ కార్యక్రమం ఒక మధురానుభూతిని కలిగిస్తుంది. మంచుకొండల మధ్య మనసు మరొకరి తోడు కావాలని కోరుకుంటుంది. కొండల మధ్య వాహనాలు వెళ్లడానికి వీలుగా దారులున్నాయి. కాలినడకన వెళతారా లేదా వాహనంలో వెళతారా అన్నది మీ ఇష్టం. గోపాలపూర్‌కు బస్సులున్నాయి, వాహనాలున్నాయి. కానీ ప్రయాణం జాగ్రత్త.

ఇక్కడి భూభాగం అంతా హిమాచ్ఛాదిత ప్రాంతం కావడంతో దీనిని 'హిమవాద గోపాలస్వామి' అని పిలుస్తున్నారు. మొదట దీని పేరు 'దక్షిణ గోవర్ధన కమలాద్రిగిరి'. ఇది సముద్రమట్టానికి **1440** అడుగుల ఎత్తులో ఉంది. దక్షిణదేశంలో ఉన్న ప్రాంతాల్లో అత్యంత శీతలప్రదేశం ఇది.

కొండపైకి ఎక్కుతున్నప్పుడు పర్వత శిఖరం దగ్గరికి వచ్చేస్తోందన్న భ్రమ కలుగుతుంది. కానీ గమ్యం చేరుకోడానికి కనీసం రెండు గంటల సమయం పడుతుంది. ఇక్కడ లోయలు, కోట శిథిలాలు మనకు దర్శనమిస్తాయి. **15** నుండి **17**వ శతాబ్దాల మధ్య ఈ ప్రాంతమంతా కోట పొలిమేరగా పరిగణించేవారు.

ఈ కొండ ప్రాంతంలో ఎన్నో జలపాతాలు, ఉన్నాయి. అందుకే ఇక్కడ ఏనుగులు, చిరుతలు, జింకలు, అడవిపందులు, అడవిదున్నలు, రంగు రంగుల పక్షులు విహరిస్తుంటాయి. ఇవి మీకు ఎలాంటి హాని చేయవు. ఇక్కడ టైగర్ అభయారణ్యం కూడా ఉంది.

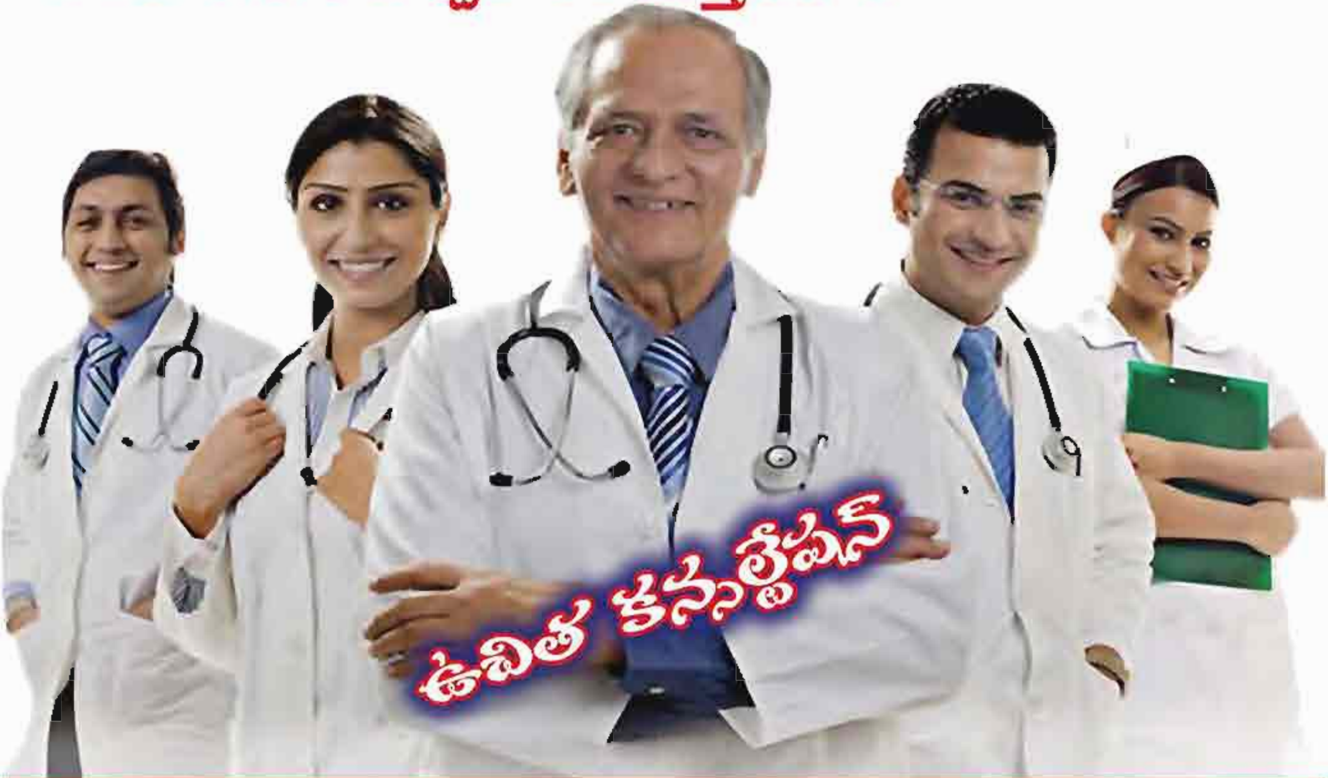
ఇక్కడొక అందమైన గెస్ట్ హౌస్ ఉంది. అటవీ అధికారుల అనుమతి తీసుకుని ఇక్కడ ఉండవచ్చు. ఈ గెస్ట్ హౌస్‌లో స్వంతంగా వంట చేసుకోవచ్చు. వంట చేసి పెట్టేవారూ ఇక్కడ లభిస్తారు.

- రామకృష్ణ

హంపీ

విజయనగర సామ్రాజ్య వైభవానికి చిహ్నంగా హంపీ నిలుస్తుంది. ఇక్కడి పుర వీధుల్లో వజ్రాలు, బంగారు ఆభరణాలు, రత్నాల వ్యాపారం జరిగేది. విజయనగర సామ్రాజ్య స్వర్ణయుగానికి హంపీ

మీ ఆనందమయ జీవితంలో.. క్షీణించిన ఆరోగ్యం అందోళన, అనిశ్చితి కలిగిస్తోందా!



ఏ ఆరోగ్య సమస్యలైన 32 సంవత్సరల అనుభవంగల డాక్టర్లు బృందంచే ధీర్ఘకాలిక మొండి వ్యాధుల చికిత్సకై సంప్రదించండి :

- కీళ్ళ నొప్పులు
- నడుము నొప్పి
- ఎత్తు, బరువు సమస్యలు
- ఆస్తమ, అలర్జి
- మధుమేహం
- థైరాయిడ్ సమస్యలు
- సంతానలేమి
- సెక్స్ సమస్యలు
- హార్మోన్ సమస్యలు

హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్

www.homeocare.in



చక్కని ఆరోగ్యానికి.. చెదరని భరోసా

955 000 1166

హైదరాబాద్ | విజయవాడ | తిరుపతి | వైజాగ్ | బెంగుళూరు | హుబ్లి

955 000 4455

సాక్షీభూతంగా నిలబడుతుంది. 1336లో విద్యారణ్యస్వామి నేతృత్వంలో హరిహరరాయలు, బుక్కరాయలు అనే అన్నదమ్ములు కలిసి హంపీ నిర్మాణాన్ని చేపట్టారు. హంపీ నగరం తుంగభద్రా నదీతీరంలో కొలువుతీరి ఉంది. ఈ నదిని దాటి, పెద్ద పెద్ద బండరాళ్లతో కూడిన గుట్టలను దాటి ఇక్కడి చేరుకోవడం అంత సులువైన పనికాదు.

ఒకవైపు ముసల్మానుల దండయాత్రలు కొనసాగుతున్న తరుణంలోనే హంపీ నిర్మాణం మొదలైంది. వజ్రాలు, మణులు, మాణిక్యాలను, సుగంధద్రవ్యాలను కొనుగోలు చేయడానికి వ్యాపార నిమిత్తం, విదేశీయులు ఇక్కడికి వచ్చే వారు. ఈ నగరం కేవలం ధన, ధాన్య సంపదల తోనే కాదు, సంగీత, సాహిత్య, లలిత కళలతో ఓలలాడింది. విజయనగర సామ్రాజ్య మహారాజు శ్రీకృష్ణ దేవరాయలు కవులకు, కళాకారులకు మంచి ప్రోత్సాహాన్ని అందించేవారు.

హేమకూట పర్వత పాదాల వద్ద నిర్మించిన విరూపాక్షాలయం ఎంతో ప్రసిద్ధి చెందింది. ఈ ఆలయానికి మూడు గోపురాలు ఉన్నాయి. సింహద్వారంపై అందంగా చెక్కిన శిల్పాలు కనువిందు చేస్తాయి. ఇదొక ప్రాచీన ఆలయం. ఆలయ గాలిగోపురాన్ని శ్రీకృష్ణదేవరాయల పట్టాభిషేకం సందర్భంగా నిర్మించారు.

సరిగమలు పలికే శిలాస్తంభం ఇక్కడ ఉంది. ఏడు స్తంభాల్లో ఏడు స్వరాలు వినబడతాయి. ఇది శిల్పుల దక్షతకు అద్దం పడుతుంది. కానీ పర్యాటకుల నిర్లక్ష్యంతో ఇవి తమ శక్తిని కొంత కోల్పోయాయి. దాంతో ప్రస్తుతం వాటిని ఎవరూ ముట్టుకోకుండా ఆంక్షలు విధించారు. హంపీలో మరో శిలారథం ఉంది. ఇది ఏకశిలా నిర్మితం. ఇక్కడ ఉగ్రనారసింహ విగ్రహం ఉంది. ఎంతో అద్భుతంగా ఉంటుంది. మొగలాయీ సైనికులు విగ్రహంలో కొంత భాగాన్ని ఛిద్రం చేసారు.

ఇక్కడ ఎన్నో పర్వతశ్రేణులు కనిపిస్తాయి. తుంగభద్ర నదికి దక్షిణతీరంలో మాతుంగ పర్వతం ఉంది. ఆలయాలతోపాటు ఇక్కడ చూడవలసిన ప్రదేశాలు ఎన్నో ఉన్నాయి.

దర్శనీయ స్థలాలు

కమల్ మహల్ : ఇది ఒకప్పుడు మహారాణులకు విడిది గృహంగా ఉండేది. ఇండో ఇస్లామిక్ వాస్తు శిల్పానికి ఒక అద్భుత నమూనా ఇది. ఈ మహల్‌లో రెండంతస్తులు ఉన్నాయి. ఈ మహల్ చుట్టూ ఉద్యానవనాలు, వాటి చుట్టూ కోట గోడలు కనిపిస్తాయి. కోటపైన ఒక టవర్ ఉంది. ఇక్కడ ప్రహరీకి కాపలాదారులు ఉండేవారు. కోటను వీరు నిరంతరం రక్షిస్తూ ఉండేవారు.

గజశాల : ఇది కమల్ మహల్‌కు దగ్గరగా ఉంటుంది. ఇక్కడ రెండు గదులున్నాయి. గదుల మధ్య చిన్న ద్వారాలున్నాయి. వీటి నుండి మనం ఒక గదినుండి మరో గదికి వెళ్లవచ్చు. వీటిని రాళ్లతో నిర్మించారు. వృత్తాకారంలో ఇవి ఉన్నాయి. ముందుకువెళితే మహారాణుల స్నానాల గది కనిపిస్తుంటుంది. ఈ కట్టడం మధ్యలో స్విమ్మింగ్‌పూల్ ఉంది. హంపీ చరిత్ర ఎంతో ఆసక్తికరమైనది. సూర్యాస్తమయ సమ యంలో ఇక్కడి వాతావరణం ఎంతో ఆహ్లాద కరంగా, రమణీయంగా ఉంటుంది.

\- మంజుల ●

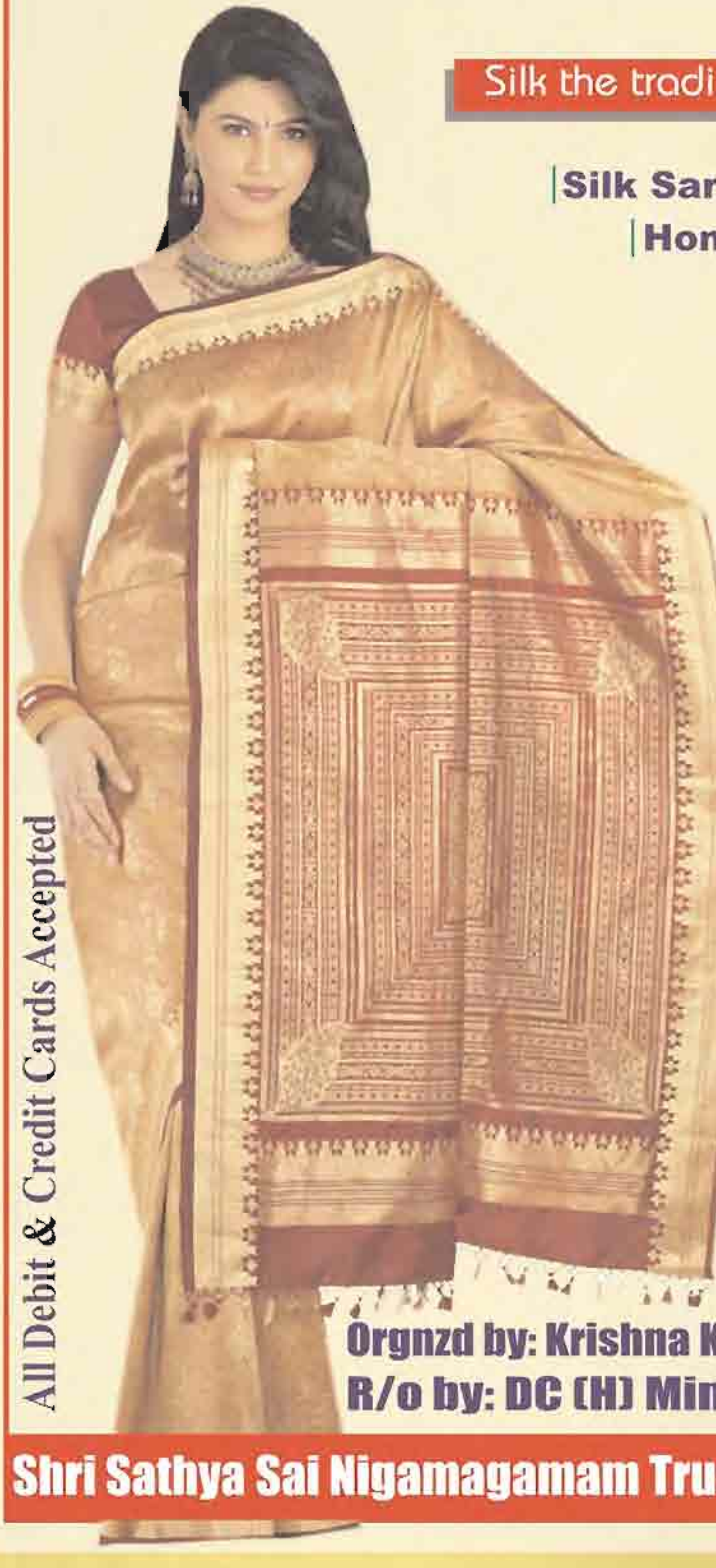


Silk of India

Silk & Cotton Spectrum...

Exhibition - Cum - Sale

Silk the traditional gift of nature to mankind....



|Silk Sarees|Dress Materiel|Stoles|
|Home Furnishing|Dupattas|

1st May to 9th May 2010

11am to 10pm

ENTRY FREE

(M): 08899952333

E-mail: silkofindia@gmail.com

Orgnzd by: Krishna Khadi Gramodhyog Sansthan, Agra
R/o by: DC (H) Ministry of Textiles Govt. of India

All Debit & Credit Cards Accepted

Shri Sathya Sai Nigamagamam Trust, Sri Nagar Colony, Hyderabad

వ్యక్తిగత సమస్యలు

ప్ర : నేను డిగ్రీ మొదటి సంవత్సరం చదువుతున్నాను. మాతోపాటు మా నానమ్మ ఉంటారు. ఆమెకు చాదస్తం ఎక్కువ. ఫ్యాషన్‌గా ఉంటే అమ్మాయిలు చెడిపోతారని ఆమె నమ్మకం. ఆమె కారణంగా నేను ఎప్పుడూ సూట్స్, చున్నీలు ధరించవలసివస్తోంది. నా ఫ్రెండ్స్ అంతా వెస్టర్న్ డ్రెస్సులు వేసుకుంటారు. ఎప్పుడూ ఇలాంటి డ్రెస్సులే ఎందుకు వేసుకుంటావని మా ఫ్రెండ్స్ ఎప్పుడూ నన్ను అడుగుతుంటారు. నాకు ఫ్యాషనబుల్ డ్రెస్సులు వేసుకోవాలని ఉంది. మా ఇంట్లో మా అమ్మానాన్నలకి కూడా ఎలాంటి అభ్యంతరం లేదు. కానీ మా ఇంట్లో మా నానమ్మ ఆదేశాలే చెల్లుతాయి. నేను ఎప్పుడూ ఆమె ఇష్టప్రకారం ఉండాల్సిందేనా?

జ : తరాల తేడాలో ఉన్న పెద్దవాళ్లు తాము ఆలోచించిందే కరెక్టు అని అనుకుంటారు. ఇదే మీ నానమ్మ విషయంలో జరుగుతోంది. ఈ చిన్న విషయానికే మీరు నిరుత్సాహ పడిపోవద్దు. సూట్స్, చున్నీలు ఎప్పటికీ బాగుండే డ్రెస్సులు. అవి ఎంతో కంఫర్టబుల్ డ్రెస్సులు. ప్రస్తుతం అందరూ వీటిని ఎక్కువగా ఇష్టపడుతున్నారు.

ఇవి ఉత్తర భారతదేశంలో ధరించే దుస్తులే అయినా వీటిని దేశంలోని యువతులంతా ధరిస్తున్నారు. విదేశీయులు సైతం ఇష్టపడుతున్నారు. మీరు మీకిష్టమైన డిజైనర్ సూట్ వేసుకోవచ్చు. అందులో మీరు ఫ్యాషనబుల్‌గా, మోడర్న్‌గా కనిపిస్తారు.

●

ప్ర : నేను 19 సంవత్సరాల యువతిని. హాస్టల్‌లో ఉండి చదువుకుంటున్నాను. కాలేజీలో మా అక్క ఒకరిని ప్రేమించింది. మా ఇంట్లో వాళ్లకి ఇష్టం లేకపోయినా వారికి విరుద్ధంగా ప్రేమ వివాహం చేసుకుని ఆమె తన ఇంట్లో సంతోషంగా ఉంటోంది. కానీ మా ఇంట్లో వాళ్లు మాత్రం ఆమెను క్షమించలేదు.

మా అక్క కారణంగా మా నాన్న నన్ను హాస్టల్‌కి పంపడానికి ఇష్టపడడం లేదు. నన్ను కరెస్పాండెన్స్ కోర్సుతో చదువు పూర్తి చేయమని చెప్పారు.

రెగ్యులర్ కాలేజీలో చేరవద్దని నాకు చెప్పారు. వాళ్ల మాట ప్రకారం నేను నిలబడ్డాను. నేను ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకున్నాను. కానీ నా స్నేహితురాలి అన్నయ్య ఒకరు నన్ను ఇష్టపడుతున్నారు. అతను నాతో మ్యారేజ్ ప్రపోజ్ చేసినప్పుడు నేను తిరస్కరించాను. అయినా అతను తరచూ నాకు ఫోన్ చేస్తున్నాడు. నన్ను పెళ్లి చేసుకోవాలని అనుకుంటున్నాడు. నాకు కూడా అతనిపై ఇష్టం మొదలైంది. అయినా మా ఇంట్లో వాళ్ల భయానికి వెనక్కి తగ్గి నా ఇష్టాన్ని నేను చంపుకున్నాను. మా ఇంట్లో నా పెళ్లి ప్రస్తావన వినబడుతోంది. నేను మా అమ్మతో మాట్లాడి చూడనా?

జ : మీ ఇంట్లో వాళ్ల నమ్మకాన్ని నిలబెట్టడం చాలా మంచి విషయమే. కానీ ఇప్పుడు మీ ఇంట్లో మీ పెళ్లి ప్రస్తావన నడుస్తున్నప్పుడు మీరు చెప్పిన అబ్బాయి మీకు తగినవాడు అనిపిస్తే అతని గురించి మీ అమ్మతో మాట్లాడవచ్చు.

మీ అక్క ప్రేమ వివాహం చేసుకోవడంతో వాళ్ల అహం దెబ్బతిని ఆమె విషయంలో కోపంగా ఉండవచ్చు. కానీ ఆమె తన ఇంట్లో సుఖంగా ఉందన్న విషయంతో వాళ్ల మనసులో తృప్తిగా ఉంటారు. ఆ కారణంగా మీ విషయంలో వాళ్లు కాస్త మెత్తగా వ్యవహరించవచ్చు. కాబట్టి వారి మనసుతట్టి చూడడంలో తప్పులేదు. ప్రయత్నించండి.

●

ప్ర : నేను 10వ తరగతి విద్యార్థిని. నేను ఎప్పుడూ మా క్లాసులో ఫస్టు వస్తాను. అందులో నా కంటే డాక్టరైన మా నాన్నగారి క్రెడిటే ఎక్కువ ఉంది. నాకు అన్ని సౌకర్యాలు ఏర్పాటు చేస్తారు. తానే స్వయంగా నాకు చదువులో సహాయం చేస్తారు. ఆయన దృష్టిలో నా కెరీర్‌కి మించిన విషయం మరొకటి లేదు. ఆయన తనలాగా నన్నుకూడా ఒక డాక్టరుగా చూడాలని కోరుకుంటున్నారు. మొదటి నుండీ నా గురించి ఇదే కలలు కంటూ వచ్చారు.

మరోవైపు నాకు కామర్స్ తీసుకోవాలని ఉంది. నాకు అందులోనే ఆసక్తి ఎక్కువ. కానీ నేను ఇప్పటివరకు ఈ విషయాన్ని మా నాన్నతో చెప్పలేదు. ఈ విషయం చెబితే మా నాన్నకి బాధ కలుగుతుందని నేను భయపడుతున్నాను. అది నాకు ఇష్టం లేదు. ఆయన కలను నెరవేరిస్తే నా అభిరుచిని చంపుకోవలసి వస్తుంది. ఇప్పుడు నేను ఏమి చేయాలి?

జ : మీ నాన్నగారు మీ చదువు విషయంలో ఎంతో శ్రద్ధ తీసుకోవడం చాలా మంచి విషయం. మీరు కూడా ప్రస్తుతం మీ చదువుపైనే దృష్టి పెట్టాలి. పరీక్షలు అయిపోయి ఫ్రీ అయినప్పుడు మీ నాన్నగారు కూడా మంచి మూడ్‌లో ఉంటారు. అప్పుడు మీ నాన్న ఒప్పుకోవచ్చు. మీ నాన్నను ఒప్పించడానికి మీ ఇతర కుటుంబసభ్యులు లేదా ఫ్యామిలీ ఫ్రెండ్స్ సహాయం మీరు తీసుకోవచ్చు. కామర్సులోనూ కెరీర్‌కి సంబంధించిన మంచి ఆప్షన్స్ ఉన్నాయి.

●

ప్ర : నా వయసు 40 సంవత్సరాలు. నేను బిజినెస్ చేస్తుంటాను. పని కారణంగా నేను ఎప్పుడూ బిజీగా ఉంటాను. ఇంటి గురించి, పిల్లల గురించి శ్రద్ధ తీసుకోవాలని నాకు ఉన్నా పట్టించుకోలేకపోతున్నాను. నా భార్య గ్రాడ్యుయేట్. అయినా పిల్లల విషయం అసలు ఏమాత్రం పట్టించుకోదు. ఆమె తిరగడాలు, కిట్టీ పార్టీలు, షాపింగ్‌లు అంటే ఎంతో ఇష్టం. వాటితోనే టైమ్ గడిపేస్తుంది.

ఆమె పిల్లల తిండి తిప్పల గురించి, చదువు సంధ్యల గురించి ఏమీ పట్టించుకోదు. మా అమ్మాయి పెద్దదవుతోంది. నాకు ఆమె గురించే బాధ. నా భార్యకి నచ్చజెప్పాలని ఎన్నోసార్లు ప్రయత్నించి విసిగిపోయాను. ఎంత చెప్పినా ఇవేవీ పట్టించుకోదు సరికదా ఈ విషయంలో ఈమధ్య తరచూ తగాదా పడుతున్నాం. నా బిజినెస్ పార్టనర్ తన పిల్లలను బోర్డింగ్ స్కూల్‌లో వేసాడు. నేను కూడా నా పిల్లలను ఏదైనా బోర్డింగ్ స్కూల్‌లో వేద్దామా అని ఆలోచిస్తున్నాను. దాంతో వారికి సరైన పోషణ, పెంపకం అందుతాయని అనుకుంటున్నాను.

ఇలా చేయడం సరైన పనేనా? పిల్లలను ఇంటి నుండి దూరంగా ఉంచితే వారికి మాపై ప్రేమ తగ్గిపోతుందా? వారిని దూరంగా ఉంచడంతో నేను కూడా ఒంటరైపోతాను.

జ : మీ భార్య మీ పిల్లల విషయంలో నిర్లక్ష్యంగా ఉంటే మీరు మీ పిల్లలను ఏదైనా మంచి బోర్డింగ్ స్కూల్‌కి పంపించవచ్చు. పిల్లలు చాలా చిన్నవాళ్లు. అయినా, మీకు వారిని వదలి పెట్టడం ఇష్టం లేకపోతే స్థానిక 'డే బోర్డింగ్' స్కూల్ లో పిల్లలను చేర్పించవచ్చు.

●

మీ సమస్యలకు సమాధానాలు "గృహశోభ"లోనే ప్రచురించబడతాయి. ఇందుకోసం చిరునామా వ్రాసి స్టాంపు అంటించిన కార్డు గానీ, ఏ విధమైన డబ్బుగాని పంపవద్దు. మీ సమస్యలను మాకు పంపవలసిన చిరునామా : 'వ్యక్తిగత సమస్యలు' గృహశోభ, 122, చెనాయ్ ట్రేడ్ సెంటర్, పార్క్‌లేన్, సికింద్రాబాదు - 3.



కూల్ కాంబో సలాడ్
(ఇండో - కాంటినెంటల్)

ఫ్యూజన్ సలాడ్

కూల్ కాంబో సలాడ్ (ఇండో - కాంటినెంటల్)

సిద్ధం కావడానికి పట్టే సమయం : 15 నిమిషాలు.

తయారీకి పట్టే సమయం : 5 నిమిషాలు.

కావలసిన వస్తువులు : మొలకెత్తించి ఉడికించిన పెసలు - 1 కప్పు, మొలకెత్తించి ఉడికించిన శనగలు - 1 కప్పు, తరిగి ఉడికించిన ఫ్రెంచ్ బీన్స్ - 1/2 కప్పు, తరిగి ఉడికించిన గాజర్ - 1/2 కప్పు, కీరా తరుగు - 1/2 కప్పు, టమాటా తరుగు - 1/2 కప్పు, తరిగిన యాపిల్ - 1/2 కప్పు, ఛాట్ మసాలా - 1 చిన్న చెమ్చా, ఉప్పు, మిరియాల పొడి - రుచికి తగినంత, హనీమస్టర్డ్ డ్రెస్సింగ్ (ఫన్ ఫుడ్స్) - 2 పెద్ద చెమ్చాలు, వినాయ్ గ్రేటీ డ్రెస్సింగ్ (ఫన్ ఫుడ్స్) - 2 పెద్ద చెమ్చాలు.

అలంకరించడానికి : రెడ్ చెర్రీ, క్యాబేజీ ఆకులు.

తయారుచేసే పద్ధతి : పెసలు, శనగలు ఒక కప్పులోకి తీసుకుని అందులో ఉడికించిన కూరగాయ ముక్కలు, కీరా, టమాటా, యాపిల్ తరుగు వేసి కలపాలి. అందులో ఉప్పు, ఛాట్ మసాలా, మిరియాల పొడి వేసి కలపాలి. హనీమస్టర్డ్, వినాయ్‌గ్రేటీ డ్రెస్సింగ్‌లను కలిపి సలాడ్‌లో వేసి కలపాలి. తయారైన సలాడ్‌ను ఫ్రిజ్‌లో పెట్టుకోవాలి.

క్యాబేజీ ఆకులు, చెర్రీ పళ్ళతో గార్నిష్ చేసి సర్వ్ చెయ్యాలి.

ఎనర్జీ సలాడ్ (ఇండో-మెక్సికన్)

సిద్ధం కావడానికి పట్టే సమయం : 20 నిమిషాలు

తయారీకి పట్టే సమయం : 10 నిమిషాలు.

నలుగురు వ్యక్తులకు సర్వ్ చేయవచ్చు.

కావలసిన వస్తువులు : ఉడికించిన సోయాబీన్స్ తరుగు - 1/2 కప్పు, ఉడికించిన కాబూలీ శనగలు - 1/2 కప్పు, ఉడికించిన మొక్కజొన్న గింజలు - 1/2 కప్పు, కాప్సికం తరుగు - 1/4 కప్పు, ఉల్లిపాయ తరుగు - 1/4 కప్పు, టమాటా తరుగు - 1/4 కప్పు, కీరా తరుగు - 1/4 కప్పు, సన్నగా తరిగిన పచ్చిమిరపకాయలు - 2.

ఎనర్జీ సలాడ్
(ఇండో-మెక్సికన్)



సీజనింగ్ కొరకు : సాల్‌సా సాస్ - 1 చిన్న చెమ్చా, ఛాట్ మసాలా - 1/2 చిన్న చెమ్చా, నిమ్మరసం - 1 పెద్ద చెమ్చా, ఒరిగెనో - 1/4 చిన్న చెమ్చా, మిరియాల పొడి - 1/4 చిన్న చెమ్చా, ఉప్పు - రుచికి తగినంత.

గార్నిష్ కొరకు : కొత్తిమీర తరుగు.

తయారుచేసే పద్ధతి : సోయా బీన్స్‌ను, కాబూలీ శనగలను ఒక మిక్సింగ్ బౌల్‌లో వేసుకోవాలి. అందులో మొక్కజొన్న గింజలు, క్యాప్సికం, ఉల్లిపాయ, టమాటా, కీరా, పచ్చిమిరప, ఉప్పు వేసి బాగా కలపాలి. అందులో సాల్‌సా సాస్, ఛాట్ మసాలా, నిమ్మరసం ఒరిగెనో, మిరియాల పొడి, ఉప్పు వేసి బాగా కలిసేలా చెయ్యాలి. సర్వింగ్ ప్లేట్‌లో అలంకరించి గార్నిష్ చెయ్యాలి. చెక్కు తీసిన క్రైనిపిజ్ లేక టోస్టాడాజ్ (మెక్సికన్ ప్యాన్ కేక్స్)తో పాటు సర్వ్ చెయ్యాలి.

కుక్స్ నోట్: జీరో ఆయిల్ వంటకం ఇది.



కార్న్ అండ్ కాప్సికం టాస్ (ఇండో - చైనీస్)

పాస్తా, బీన్స్ సలాడ్



పాస్తా, బీన్స్ సలాడ్

సిద్ధం కావడానికి పట్టే సమయం : 15 నిమిషాలు.

తయారీకి పట్టే సమయం : 5 నిమిషాలు.

నలుగురు వ్యక్తులకు సర్వ్ చేయవచ్చు.

కావలసిన వస్తువులు : మల్టీ కలర్ ఉడికించిన పాస్తా - ఒకటిన్నర కప్పు, ఎర్ర రాజ్మా ఉడికించినవి - 1 కప్పు, ఉడికించిన బఠాణీలు - 1/2 కప్పు, ఉడికించిన మొక్కజొన్న గింజలు - 1/2 కప్పు, ఉల్లి తరుగు - 1/2 కప్పు, కాప్సికం తరుగు - 1/2 కప్పు, టమాటా తరుగు - 1/2 కప్పు, సన్నగా తరిగిన క్యాబేజీ - 1/2 కప్పు.

డ్రెస్సింగ్ కొరకు : టమాటా సాస్ - 1 పెద్ద చెమ్చా, పచ్చసొన తీసేసిన గుడ్డు - 1 పెద్ద చెమ్చా, థౌజెండ్ ఐ లాండ్ డ్రెస్సింగ్ - 2 పెద్ద చెమ్చాలు, ఛాట్ మసాలా - 1/2 చిన్న చెమ్చా, పాలు - 2 పెద్ద చెమ్చాలు, ఉప్పు, మిరియాల పొడి - రుచికి తగినంత.

అలంకరించడానికి : తామర ఆకులు లేదా టమాటా వెజిజ్ లేదా సన్నని స్లయిస్‌లుగా కోసిన ఆల్‌బఖారా.

తయారుచేసే పద్ధతి : పాస్తా, రాజ్మా, బఠానీలు, మొక్కజొన్న గింజలు, టమాటా, కాప్సికం, క్యాబేజీలను బాగా కలుపుకోవాలి.

డ్రెస్సింగ్ సామాగ్రి అంతా కలుపుకుని పేస్టులా తయారుచేసుకోవాలి. ఆ పేస్టును సలాడ్ మీద వేసి బాగా కదుపుతూ అంతటా సమానంగా కలిసేలా చెయ్యాలి. సలాడ్‌ను తామరాకుపై అలంకరించి స్లయిస్‌లుగా కోసుకున్న ఆల్‌బఖారా, టమాటాలతో గార్నిష్ చెయ్యాలి. ఫ్రిజ్‌లో పెట్టి చల్లబరిచి సర్వ్ చెయ్యాలి.

కోల్డ్ రైస్ సలాడ్ (ఇండో-చైనీస్)



కోల్డ్ రైస్ సలాడ్ (ఇండో-చైనీస్)

సిద్ధం కావడానికి పట్టే సమయం : 15 నిమిషాలు

తయారీకి పట్టే సమయం : 10 నిమిషాలు.

నలుగురు వ్యక్తులకు సర్వ్ చేయవచ్చు.

కావలసిన వస్తువులు : బాస్మతి బియ్యంతో వండిన అన్నం - 2 కప్పులు, బీన్స్ - 1/2 కప్పు, ఆలివ్ ఆయిల్ - 2 పెద్ద చెమ్చాలు, సన్నగా తరిగిన ఉల్లి తరుగు - 1/2 కప్పు, గాజర్ తరుగు - 1/2 కప్పు, కాప్సికం తరుగు - 1/2 కప్పు, ఉడికించిన మొక్కజొన్న గింజలు - 1/2 కప్పు, ఛాట్ మసాలా - 1/2 చిన్న చెమ్చా, రెడ్ చిల్లీ ఫ్లేక్స్ - 1/2 చిన్న చెమ్చా, ఉప్పు - రుచికి తగినంత.

డ్రెస్సింగ్ కొరకు : వెనిగర్ - 2 పెద్ద చెమ్చాలు, థాయ్ చిల్లీ డిప్ - 2 పెద్ద చెమ్చాలు, టమాటా సాస్ - 1 పెద్ద చెమ్చా, సోయా సాస్ - 1 పెద్ద చెమ్చా, గ్రీన్ చిల్లీ సాస్ - 1 పెద్ద చెమ్చా.

అలంకరించడానికి : ఉడికించిన బఠానీ - 1 పెద్ద చెమ్చా, కొత్తిమీర తరుగు - 1 చిన్న చెమ్చా.

తయారుచేసే పద్ధతి : మూకుడులో నూనె వేడి చేసి ఉల్లిపాయ తరుగు వేసి కలపాలి. ఆ తర్వాత గాజర్, కాప్సికం, బీన్స్ వేసి ఒక నిమిషంపాటు కలపాలి. ఆ తర్వాత మొక్కజొన్న గింజలు వేసి కలిపి ఉప్పు, ఛాట్ మసాలా, చిల్లీఫ్లేక్స్, మిరియాలపొడి వేసి బాగా కలపాలి. స్టౌ మీద నుండి దించి దానిని ఒక మిక్సింగ్ బౌల్‌లోకి తీసుకోవాలి. ఆ మిశ్రమంలో అన్నం వేసి నెమ్మదిగా కదపాలి. దాని మీద డ్రెస్సింగ్‌సాస్‌లు అన్నీ వేసి టాస్ చెయ్యాలి. దానిని సర్వింగ్ ప్లేట్‌లో అలంకరించి ఉడికించిన బఠానీ, కొత్తిమీర తరుగుతో గార్నిష్ చెయ్యాలి. ఫ్రిజ్‌లో 20 నిమిషాలపాటు చల్లబరిచి సర్వ్ చెయ్యాలి.

కుక్స్ నోట్: వేయించిన పల్లీలు వేసి సలాడ్‌ను సర్వ్ చేయవచ్చు.

కార్న్ అండ్ కాప్సికం టాస్ (ఇండో - చైనీస్)

సిద్ధం కావడానికి పట్టే సమయం : 10 నిమిషాలు.

తయారీకి పట్టే సమయం : 10 నిమిషాలు.

నలుగురు వ్యక్తులకు సర్వ్ చేయవచ్చు.

కావలసిన వస్తువులు : ఉడికించిన అమెరికన్ కార్న్ గ్రెంజ్ లేక టిన్ కార్న్ (మొక్కజొన్న గింజలు) - 2 కప్పులు, సన్నగా తరిగిన కాప్సికం - 1/2 కప్పు, ఉల్లికాడల తరుగు - 1/2 కప్పు, టమాటా తరుగు - 1/2 కప్పు, ఉప్పు - 1/2 చిన్న చెమ్చా, మిరియాల పొడి - 1/2 చిన్న చెమ్చా, ఛాట్ మసాలా - 1/2 చిన్న చెమ్చా.

డ్రెస్సింగ్ కొరకు : ఫ్రెంచ్ డ్రెస్సింగ్ - 2 పెద్ద చెమ్చాలు, రెడ్ చిల్లీ సాస్ - 1 చెమ్చా.



సన్ షైన్ సలాడ్ (ఇండో - చైనీస్)

అలంకరించడానికి : తాజా పుదీనా ఆకులు.

తయారుచేసే పద్ధతి : కార్న్ గ్రెంజ్, కాప్సికం తరుగును ఒక మిక్సింగ్ బౌల్‌లో వేసుకుని అందులో టమాటా, ఉల్లికాడల తరుగు వేసి కదపాలి. ఉప్పు, ఛాట్ మసాలా మిరియాల పొడి వేసి సీజన్ చెయ్యాలి. చిల్లీసాస్, ఫ్రెంచ్ డ్రెస్సింగ్‌ను కలిపి సలాడ్‌లో వేసి బాగా కలపాలి.

సర్వింగ్ ప్లేట్‌లలో వడ్డించి తాజా పుదీనా ఆకులను అలంకరించి ఫ్రిజ్‌లో చల్లబరిచి సర్వ్ చెయ్యాలి.

సన్ షైన్ సలాడ్ (ఇండో - చైనీస్)

సిద్ధం కావడానికి పట్టే సమయం : 15 నిమిషాలు.

తయారీకి పట్టే సమయం : 10 నిమిషాలు.

నలుగురు వ్యక్తులకు సర్వ్ చేయవచ్చు.

కావలసిన వస్తువులు : ఉడికించిన మేకరోని - 2 కప్పులు, డైమండ్ ఆకారంలో తరిగి ఉడికించిన ఫ్రెంచ్ బీన్స్ - 1/2 కప్పు, పొడవాటి, సన్నని స్ట్రిప్స్‌గా తరిగిన రెడ్ కాప్సికం - 1/2 కప్పు, ఉడికించిన అమెరికన్ కార్న్ గ్రెంజ్ - 1/2 కప్పు, స్టాక్ సెలరీ స్లయిడ్ - 1/2 కప్పు, సన్నగా తరిగిన తామర ఆకులు - 1/2 కప్పు, చిల్లీ ఫ్లేక్స్ - 1/2 చిన్న చెమ్చా, బరకగా పొడి చేసుకున్న మిరియాలు - 1/2 చిన్న చెమ్చా, ఉప్పు - రుచికి తగినంత.

డ్రెస్సింగ్ : నీళ్లు వంపిన పెరుగు - 3 పెద్ద చెమ్చాలు, పచ్చ తీసేసిన తెల్లని సొన - 1 పెద్ద చెమ్చా.

అలంకరించడానికి : రెడ్ క్యాబేజీ ఆకులు.

తయారుచేసే పద్ధతి : ఉడికించిన మేకరోనీ, బీన్స్, రెడ్ కాప్సికం, కార్న్, సెలరీ, తామర ఆకులు కలుపుకోవాలి. అందులో ఉప్పు, మిరియాలపొడి చిల్లీ ఫ్లేక్స్ వేసి కలపాలి. నీళ్లు వొంపిన పెరుగు, మెయోనిజ్‌లు కలిపి పేస్టులా చేసుకుని సలాడ్‌పై వేసి బాగా కలపాలి.

సలాడ్‌ను చల్లబరిచి ఒక సర్వింగ్ డిష్‌లో అలంకరించి, ఎర్రని క్యాబేజీ ఆకుల కప్పులో వడ్డించాలి.

కుక్స్‌నోట్: 2 చెమ్చాల వెల్లుల్లి తరుగును 1 పెద్ద చెమ్చా వెన్నలో బంగారు రంగు వచ్చేవరకు వేయించి వాటిని సలాడ్ మీద అలంకరించి ఒక కొత్త రుచిని ఆస్వాదించండి.

నీళ్లు వంపిన పెరుగు : పెరుగు సన్నని వడపోత ఫిల్టర్‌లో కాని బట్టలో కాని వేలాడదీస్తే ఒక గంట తర్వాత చిక్కని క్రీం లాంటి పెరుగు, నీళ్ళు వేరు వేరుగా లభిస్తాయి. ఆ నీళ్లను పారపొయ్యకుండా చపాతీల పిండిలో పోసి పిండి కలుపుకుంటే చపాతీలు మెత్తగా, పుష్టికరంగా ఉంటాయి.

బేబీకార్న్, బ్రోకలీ సలాడ్ (ఇండో - మెక్సికన్)

సిద్ధం కావడానికి పట్టే సమయం : 10 నిమిషాలు.

తయారీకి పట్టే సమయం : 15 నిమిషాలు.

నలుగురు వ్యక్తులకు సర్వ్ చేయవచ్చు.

కావలసిన వస్తువులు : ఉడికించి కట్ చేసుకున్న బేబీకార్న్ - 1 కప్పు, తరిగి ఉడికించిన బ్రోకలీ పువ్వులు - 1 కప్పు, చతురస్రాకారంలో ముక్కలుగా కోసి చెక్కు తీసిన యాపిల్ - 1 చతురస్రాకారంలో ముక్కలుగా కోసిన కాప్సికం - 1, చతురస్రాకారంలో ముక్కలుగా కోసిన టమాటా - 1.

డ్రెస్సింగ్ కొరకు : నీళ్లు వంపిన పెరుగు - 1/2 కప్పు, ఫ్రెష్ క్రీం - 1/2 కప్పు, నిమ్మరసం - 1 పెద్ద చెమ్చా, చక్కెర పొడి - 1/2 చిన్న చెమ్చా, చితక్కొట్టిన వెల్లుల్లిపాయలు - 5, నూరిన కొత్తిమీర - 1 పెద్ద చెమ్చా, నూరిన పుదీనా ఆకు - 1 పెద్ద చెమ్చా, ఉప్పు - రుచికి తగినంత.

గార్నిష్ కొరకు : కొత్తిమీర, పుదీనా ఆకులు



బేబీకార్న్, బ్రోకలీ సలాడ్
(ఇండో - మెక్సికన్)

లేదా చక్రాల్లా తరిగిన టమాటా స్లయిస్‌లు.

తయారుచేసే పద్ధతి : బేబీకార్న్, బ్రోకలీ ఒక మిక్సింగ్ బౌల్‌లో వేసుకుని అందులో యాపిల్, కాప్సికం, టమాటా వేసి కలపాలి. డ్రెస్సింగ్ సామగ్రి అంతా ఒక పెద్ద గిన్నెలో వేసి బాగా కలుపుకుని దానిని సలాడ్ మీద వెయ్యాలి. దానిని బాగా కలపాలి. ఫ్రిజ్‌లో 10 నిమిషాలపాటు చల్లబరిచి ఆ తర్వాత సలాడ్ డిష్‌లో అలంకరించాలి. దాని మీద టమాటా స్లయిస్‌లను, కొత్తిమీర తరుగు, పుదీనాలను గార్నిష్ చెయ్యాలి.

కుక్స్ నోట్: గోబీ పువ్వును లేదా పుట్ట గొడుగులను కూడా వేయవచ్చు. తరిగిన యాపిల్ ముక్కలపై నిమ్మరసం చల్లాలి.

ప్రత్యేకత : జీరో ఆయిల్ వంటకం.

సలాడ్ విత్ బార్‌బెక్యూడ్ వెజిటబుల్స్ (ఇండో-ఇటాలియన్)



సలాడ్ విత్ బార్‌బెక్యూడ్ వెజిటబుల్స్ (ఇండో-ఇటాలియన్)

సిద్ధం కావడానికి పట్టే సమయం : 10 నిమిషాలు.

గ్రిల్ చేయడానికి పట్టే సమయం : 10 నిమిషాలు.

తయారీకి పట్టే సమయం : 20 నిమిషాలు.

నలుగురు వ్యక్తులకు సర్వ్ చేయవచ్చు.

కావలసిన వస్తువులు : పెద్ద టమాటాలు నాలుగు భాగాలుగా కోసినవి - 2, నాలుగు భాగాలుగా కోసిన చిన్న వంకాయలు - 4, నాలుగు భాగాలుగా కోసిన ఉల్లిపాయలు - 2, నాలుగు భాగాలుగా కోసిన రెడ్ కాప్సికం - 1/2, నాలుగు భాగాలుగా కోసిన గ్రీన్ కాప్సికం - 1/2, నాలుగు భాగాలుగా కోసిన ఎల్లో కాప్సికం - 1/2, స్లయిస్‌లుగా కోసిన ఉల్లి కోళ్లు - 2, ఒరిగెనో - 1/2 చిన్న చెమ్చా, బరకగా పొడి చేసుకున్న మిరియాల పొడి - 1/2 చిన్న చెమ్చా, ఉప్పు - రుచికి తగినంత.

డ్రెస్సింగ్ : నిమ్మరసం - 1 పెద్ద చెమ్చా, వినాయ్ గ్రేటీ డ్రెస్సింగ్ (ఫన్ ఫుడ్స్) - 2 పెద్ద చెమ్చాలు.

తయారుచేసే పద్ధతి : కట్ చేసిన టమాటా, వంకాయ, ఉల్లిపాయ, ఆకుపచ్చ, ఎరుపు, పసుపు కాప్సికం ముక్కలను ఒక ఊచకి గుచ్చాలి. వీటిని గ్రిల్‌లో 10-12 నిమిషాల పాటు రోస్టు చేస్తూ ఉడికించాలి. బాగా ఉడికిన తర్వాత ఒక పెద్ద మిక్సింగ్ బౌల్‌లో వీటిని వేసుకోవాలి. దానిపై స్లయిస్, ఉల్లికోళ్లు వేసి సలాడ్‌ను రోస్ట్ చెయ్యాలి. ఫ్రిజ్‌లో చల్లబరిచి సర్వ్ చెయ్యాలి.

ప్రత్యేకత : ఇది జీరో ఆయిల్ వంటకం. ●



పోల్ డాటెడ్ షోల్డర్‌లెస్
ఆకర్షణీయమైన ఎర్రని
వన్‌పీస్ డ్రెస్



నేవీ బ్లూ స్కర్ట్,
బ్లేజర్ కాజువల్
తెల్లని చొక్కా.
దాంతో వచ్చింది
సోబర్ కార్పొరేట్
లుక్!

చూడు చూడు చూపుల బాణాలు!

జీవితం స్వప్నం సాకారమవుతుంది
నక్షత్రాల ఆవల ఉంటుంది
బంధనాలు తెగిపోతాయి
యవ్వనం అందంగా దాడి చేస్తుంది.



బెల్ షేప్డ్ స్లీవ్స్, బోటెనెక్ గోల్డెన్ ప్రింటెడ్ డార్క్ బ్రౌన్ టాప్ డార్క్ బ్లూ కైప్రీతో.



అందమైన రంగుల కలల్లో ముంచి రెచ్చగొట్టి మనసు పాటలు పాడుకుంటూ నాతో వచ్చే స్వర్గం దాకా!

స్లీవ్‌లెస్, సైడ్ స్ట్రింగ్ లేస్‌వర్క్‌తో అలంకరించిన స్ట్రైప్డ్ వైట్ టాప్.





కాలర్ నెక్ కాజువల్
రెడ్ టీషర్ట్
షార్ట్స్‌తో.

రెచ్చగొడుతున్న యవ్వనపు మెరుగులు
మదిలో చెలరేగుతున్న కోరికలు
మత్తెక్కిన చూపుల్లో చిగురిస్తున్న ప్రేమ, చిరునవ్వులు!



నూడుల్స్ స్ట్రయిప్ కలిగిన
బ్లాక్ మిడీ గోల్డెన్ బెల్ట్‌తో.



ఫ్రంట్ జిప్ ఉన్న ఫుల్ స్లీవ్
పింక్ షర్ట్ విత్ షార్ట్స్

వెంటాడే, వేటాడే చూపులు
వెతుకుతున్నాయి సంతోష స్థావరాలు
చంచల హావభావాలు
దారులన్నీ మూసుకుంటాయి.

నలువైపులా వ్యాపించిన వెండి వెన్నెల
అది చూసి నా గుండె వేగం పెరిగింది
నా కలల రుతువు వసంత సమీరంగా మారిపోయింది.



స్ట్రెచబుల్, బాడీ హగింగ్
కలర్ ఫుల్ టాప్.

అండమాన్ నికోబార్

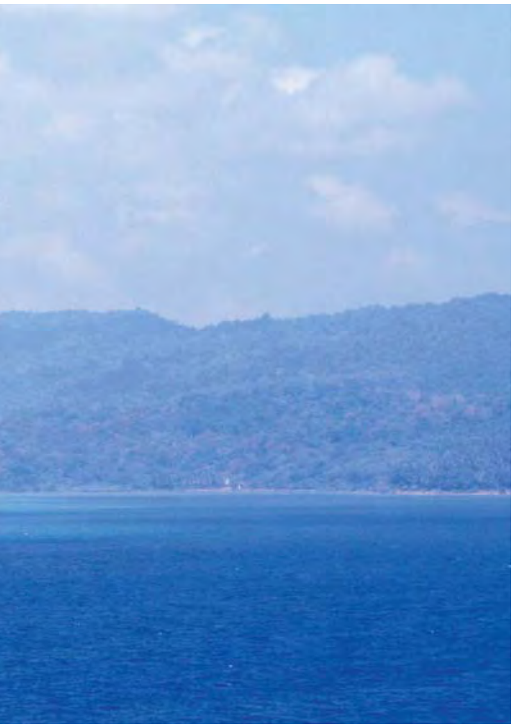
అండమాన్, నికోబార్ బంగాళా ఖాతంలోని ద్వీపాల సమూహం అని అందరికీ తెలిసిందే. ఇవి ఉత్తర దిశ నుండి దక్షిణం వరకు 700 కి.మీ. వరకు వ్యాపించి ఉన్నాయి. చిన్నవి, పెద్దవి అన్నీ కలిపి ఇక్కడ 572 ద్వీపాలున్నాయి. కానీ జనాభా మాత్రం 36 ద్వీపాల్లోనే కనిపిస్తుంది. బ్రిటిష్ పరిపాలనలో నేరస్థులను శిక్ష అనుభవించటానికి ఇక్కడికి తరలించేవారు. భారత భూభాగానికి ఈ ద్వీపాలు విడిగా ఉంటాయి.

ఇక్కడ ప్రకృతి వివిధ రూపాల్లో కనిపిస్తుంటుంది. సముద్రతీరం, తీరాల వెంట అటూ ఇటూ ఊగుతూ, తూగుతూ అలరించే ఎత్తయిన కొబ్బరిచెట్లు, సాగర కెరటాలపై కొలువైన చిన్న చిన్న పడవలు పర్యాటకులను మంత్రముగ్ధులుగా చేస్తాయి. ఇక్కడి సముద్రం, అందులోని జీవరాసులు

● ఇన్సియా







పర్యాటకుల్ని సంభ్రమాశ్చర్యాలకు లోను చేస్తాయి.

వాటర్ స్పోర్ట్స్‌లో అభిరుచి ఉన్నవారికి ఈ ప్రాంతం ఎంతో అనువైనది. అండమాన్, నికోబార్ నలువైపులా విస్తరించిన జలాల్లో 1200 రకాల చేపలతోపాటు మొలస్కా జాతికి చెందిన 1000 రకాల చేపలను చూడవచ్చు. స్వచ్ఛమైన వన సంపద, గలగల పారే సెలయేర్లు, మెలికలు తిరుగుతూ సాగర సంగమం చేసే నదీ నదాలు, అలరించే సముద్రతీరాలు, నలువైపులా పరచుకున్న పచ్చికబయళ్లు యాత్రికులను మరో ప్రపంచంలో విహరింపచేస్తూ ఆనందాలను అందిస్తాయి.

చూడదగ్గ ప్రాంతాలు

అండమాన్ నికోబార్ చేరుకునే పర్యాటకులకు ఎదురయ్యే మొదటి సమస్య ఇక్కడ ఏ ప్రాంతాలను చూడాలన్నదే!

పోర్ట్ బ్లేయర్: ఈ ప్రదేశం అండమాన్ నికోబార్‌కు రాజధాని. ఇక్కడ పచ్చికబయళ్లతో నిండిన వనాలు, స్వేచ్ఛగా విహరించే పశుపక్ష్యాదులు ఎంతో మనోహరంగా కనిపిస్తాయి. ఇక్కడ తిరగటానికి టాక్సీలు, ఆటోరిక్షాలు, బస్సులు లభిస్తాయి. ఇదొక స్వచ్ఛమైన, నిర్మలమైన నగరం. చాలామంది పర్యాటకులు తమ యాత్రను పోర్ట్‌బ్లేయర్ వరకే పరిమితం చేసుకుంటారు. ఇక్కడ నివసించేవారి జీవితం. ఈ పర్యాటకులపైనే ఆధారపడి ఉంటుంది. నేవీ సంగ్రహాలయం ఇక్కడ చూడదగినది. కాలుష్య రహిత అందమైన ప్రదేశం ఇది. శుచి, శుభ్రతలో దేశంలోనే నెం.1 ప్రదేశం ఇది.

సెల్యులార్ జైలు : 1906లో ఏర్పాటైన సప్తభుజాల మూడంతస్తుల సెల్యులార్ జైలు ప్రస్తుతం కేవలం త్రిభుజాకారంలోనే కనిపిస్తుంది. ఇక్కడ బ్రిటిష్ ప్రభుత్వం పంపించే నేరస్తులు నివసించేవారు.

నేరస్తులను ఇక్కడ రకరకాలుగా హింసించే వారు. ప్రస్తుతం ఇది ఒక మ్యూజియంగా, పర్యాటక కేంద్రంగా మారింది. ఇక్కడ హిందీ, ఇంగ్లీష్ భాషల్లో సంగీత కార్యక్రమాలు జరుగుతుంటాయి.

మహాత్మాగాంధీ మెరైన్ నేషనల్ పార్కు : సెల్యులార్ జైలు కొండల కింద ఉత్తర దిశలో సముద్రంవైపు వెలసిన అందమైన ప్రదేశం ఇది. ఇక్కడ పిల్లల పార్కు ఉంది. దీన్ని మెరైన్ పార్కు అంటారు.

ప్రపంచంలోనే అన్నిటికంటే అందమైన ప్రదేశం ఇది. ఇక్కడ నీటిలోపలికెళ్లి గ్లాస్‌బాటమ్‌తో నలువైపుల ఉన్న ఆరబోసిన అందాలను తనివితీరా ఆస్వాదించవచ్చు.

చాథమ్ ఆరామిల్: ఇదొక ద్వీపం. పోర్ట్ బ్లేయర్‌లోని ఉత్తర భాగంలో ఓ పొడవైన వంతెనతో నగరం అనుసంధానమై ఉంది. ఇక్కడ ఆసియాలోనే విశాలమైన, అతి ప్రాచీనమైన కట్టె మిల్లులు ఉన్నాయి.

వాటర్ స్పోర్ట్స్ కాంప్లెక్స్ : ఇది సెల్యులార్ జైలుకు సమీపంలో ఉంది. వాటర్ స్కూటర్‌తో, స్పీడ్ బోట్‌తో కెరటాలపై స్వారీ చేయవచ్చు. మధ్యాహ్నం 2 గంటల నుండి సాయంత్రం 5 గంటల వరకు ఇది తెరిచి ఉంటుంది.

మ్యూజియం : పోర్ట్ బ్లేయర్‌లో ఎన్నో మ్యూజియంలు ఉన్నాయి. మత్స్య, సముద్రిక్, కుటీర, ఉద్యోగ, ఆంత్రోపాలజీ మ్యూజియంలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. ●





సెల్యులార్ జైలు

సౌత్ ఇండియా

టూరిజం స్పెషల్

తమిళనాడు

దేశంలో ఉన్న నాలుగు మహానగరాల్లో చెన్నై ఒకటి. దీనికి సముద్రం ఒక ప్రత్యేక ఆకర్షణ. బంగాళాఖాతం దక్షిణ తీరంలో వెలసిన ఈ నగరం ఎంతో అందంగా ఉంటుంది. పూర్వం ఇక్కడ కేవలం చేపలు పట్టే బెస్తవారి చిన్న కూడలి ఉండేది. అదే క్రమంగా రాజధానిగా రూపుదిద్దుకుని అలరిస్తోంది. 170 చదరపు కి.మీ. క్షేత్ర వైశాల్యం దీనిది. దీనికి మొదట 'మదరాసు' అన్న పేరు ఉండేది. 1639లో విజయనగర మహారాజు నుండి కొద్ది స్థలాన్ని ఖరీదు చేసి ఈస్ట్ ఇండియా కంపెనీ తరఫున ఒక ఏజెంటు ఫ్రాన్సిస్ డే ఎండ్ యూ అనే వ్యక్తి ఇక్కడ కంపెనీ కోసం ఒక మహల్ నిర్మించాడు. కాళ్లు చాచుకోవటానికి ఏర్పాటైన ఈ కొద్ది స్థలం ఆ తర్వాత నెమ్మదిగా విస్తరిస్తూ పోయింది.

ఇక్కడ టూరిస్టులు దక్షిణ భారత కళా సంప్రదాయాలను దర్శించవచ్చు. వీరికి తమ భాష, అరవ సంప్రదాయాలపై ఎనలేని మక్కువ.

తమిళనాడు

ప్రభుత్వం	- డి.ఎం.కె.
ముఖ్యమంత్రి	- ఎమ్.కరుణానిధి
గవర్నర్	- సుర్జిత్‌సింగ్ బర్నాలా
విధానసభ సభ్యుల సంఖ్య	- 234
పరిశ్రమలు	- మినరల్, లెదర్, ఇంజనీరింగ్, ఫార్మా

చెన్నై

ఎలా వెళ్లాలి? :

మీరు మొదటిసారిగా చెన్నై వెళుతున్నారా? అయితే మీరు పబ్లిక్ ట్రాన్స్‌పోర్ట్‌ను ఆశ్రయించకండి. ఇక్కడ మీరు ప్రయాణం చేయటానికి ఆటోరిక్షా కానీ, టాక్సీని కానీ మాట్లాడుకోండి. వీటిలో ప్రయాణం ఎంతో చౌక. ముందు ఎంతఇవ్వాలో వారితో మాట్లాడటం మరచిపోకండి. ఎక్కడికి వెళ్లాలో ఆ ప్రదేశం గురించి ఆటోరిక్షా వాడికి బాగా తెలిసి ఉంటుంది. ముఖ్యమైన దర్శనీయ స్థలాలను చూపిస్తాడు. హోటళ్లు, ట్రాన్స్‌పోర్టు, గైడు లాంటి సౌకర్యాలు ఏర్పాటు చేయగలడు.

విమాన మార్గం :

చెన్నైలో కామరాజ్ విమానాశ్రయం, అన్నా ఇంటర్నేషనల్ ఎయిర్‌పోర్టులు ఉన్నాయి.

రైలు మార్గం :

చెన్నైలో రెండు స్టేషన్లు ఉన్నాయి. చెన్నై సెంట్రల్, ఎగ్మూర్. ఇక్కడ నుండి ప్రముఖ ప్రదేశాలకు ప్రయాణాలు చేయవచ్చు.

రోడ్డు మార్గం :

అన్ని ప్రదేశాల నుండీ చెన్నైకి రోడ్డు సౌకర్యం ఉంది. రాత్రింబవళ్లు బస్సులు నడుస్తుంటాయి.

ఎక్కడ బస చేయాలి? :

లెమన్ ట్రీ హోటల్ 72, సర్దార్ పటేల్ రోడ్, గిండీ, తాజ్ కన్నెమెర 2, బిన్నీ రోడ్, ది రైన్ ట్రీ 120, సెయింట్ మేరీ రోడ్, ఆళ్వార్‌పేట్, తాజ్ కోరమండల్ 37, మహాత్మాగాంధీరోడ్, రాధా పార్క్ ఇన్ 171, జవహర్‌లాల్ నెహ్రూ సాలై, ఇన్నర్ రింగ్‌రోడ్, ఆరుంబాక్కమ్.

దర్శనీయ స్థలాలు

కిష్కింధ ఎమ్యూజ్‌మెంట్ పార్కు : తాంబరం దగ్గర ఉంది. ఇదొక మంచి పార్కు. దేశంలోని సుప్రసిద్ధ పార్కుల్లో ఇదొకటి. ఇక్కడ మానసిక ఉల్లాసం కోసం ఎన్నో ఏర్పాట్లు చేసారు. 'షటిల్ రైడ్', 'వేవింగ్‌పుల్', 'కిడ్స్ కింగ్‌డమ్' ఇక్కడ ఉన్నాయి. ఈ పార్కు వైశాల్యం చాలా ఎక్కువ. కృత్రిమ కొండలు, సరస్సులు



కొడైకెనాల్

విమాన మార్గం :

కొడైకెనాల్ వెళ్లడానికి మధురై, కోయంబత్తూర్ వరకు విమాన సౌకర్యం ఉంది. అక్కడి నుండి బస్సు లేదా టాక్సీలో వెళ్లచ్చు.

రైలు మార్గం :

కొడై రోడ్ రైల్వేస్టేషన్ 80 కిలోమీటర్లు, పళని రైల్వేస్టేషన్ 64 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉంది.

ఎప్పుడు వెళ్లాలి? :

సంవత్సరం పొడవునా వెళ్లవచ్చు. ఉన్ని దుస్తులు వెంట తీసుకుని వెళ్లడం చాలా అవసరం. అక్టోబర్ నుండి డిసెంబర్ నెల వరకు ఇక్కడ వర్షం పడుతుంది. అందుకే గొడుగు వెంట తీసుకువెళ్లాలి.

ఊటీ

ఎలా వెళ్లాలి? :

ఇక్కడికి దగ్గరలో ఉన్న విమానాశ్రయం కోయంబత్తూర్. ఇక్కడికి చేరుకోడానికి చెన్నై, బెంగళూరు, కొచ్చి నుండి నేరుగా విమాన సౌకర్యాలు ఉన్నాయి. మిగిలిన ప్రయాణం బస్సుల్లో లేదా టాక్సీల్లో పూర్తి చేయవచ్చు.

మ్యూజియం : విశాలమైన ఈ మ్యూజియంలో తమిళనాడుకు చెందిన ప్రాచీన కాలపు ఆభరణాలు, వాటితోపాటు నాటి కళాఖండాలను చూడవచ్చు.





మెరీనా బీచ్, ఎం.జి.ఆర్. మెమోరియల్ : సముద్రతీరాన సేదతీరే పర్యాటకులకు మెరీనా బీచ్ ఎంతో అనువైనది. ఇక్కడ ఎన్నో స్మృతిచిహ్నాలు ఉన్నాయి. అన్నా, ఎం.జి.ఆర్. మెమోరియల్, ఇండో సార్సనిక్ బిల్డింగ్, తమిళ హీరోల విగ్రహాలు ఇక్కడ చూడవచ్చు. స్విమ్మింగ్ సౌకర్యం ఉంది. హార్స్ రైడింగ్ చేయవచ్చు. ఇక్కడ ఎన్నో ఆక్వేరియమ్‌లు ఉన్నాయి. ఇది చెన్నైకు 15 కి.మీ. దూరంలో ఉంది.

పర్యాటకుల్ని బాగా అలరిస్తాయి.

వండలూర్ జూ : ఇది భారతదేశంలోనే ప్రముఖ జంతు ప్రదర్శనశాల. చాలా విశాలమైన క్షేత్రం. ఇక్కడ జంతువులకు అనుకూలమైన వాతావరణం ఏర్పాటు చేసారు. చిన్న పిల్లలకు వినోదాన్ని అందించే వింత వింత జంతువులెన్నో ఇక్కడ ఉన్నాయి. పక్షుల కిలకిలారావాలు ఇక్కడ వినవచ్చు. ప్లాస్టిక్ సంచుల వాడకం ఇక్కడ నిషిద్ధం. పిల్లలకు ఇది ఒక మంచి వినోద స్థలం.

పూంపహార్ ఆర్ట్ గ్యాలరీ : ఇక్కడ రకరకాల ఆర్ట్, క్రాఫ్ట్ వస్తువులు లభిస్తాయి. దీన్ని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్వహిస్తుంది. ప్రభుత్వమే దీన్ని నిర్వహిస్తున్నందున ఇక్కడ లభించే వస్తువులు చౌక ధరలకు లభిస్తాయి. క్వాలిటీ కూడా బాగుంటుంది. పెయింటింగ్, హ్యాండీక్రాఫ్ట్స్‌కు సంబంధించిన వస్తువులు ఒకేచోట లభించడంతో ఇలాంటి వస్తువులను కొనుగోలు చేయడానికి పర్యాటకులు మరో ప్రాంతానికి వెళ్లనవసరంలేదు.

దక్షిణ చిత్రా : తమిళనాడు ప్రాచీన సంస్కృతీ సంప్రదాయాల గురించి తెలుసుకోవా లనుకునేవారు తప్పనిసరిగా దక్షిణ చిత్రాకు వెళ్లాలి. ఇది ఈస్ట్ కోస్ట్ రోడ్ (ఈసిఆర్)లో ఉంది. చెన్నైకి దగ్గరలోనే ఉంది. సంప్రదాయ చేనేత పనివాళ్లు, కుమ్మరివాళ్ల పురాతన ఇళ్లు ఇక్కడ కనిపిస్తాయి.

ఎమ్.జి.ఎమ్. డిజీ వరల్డ్: ఇక్కడ రకరకాల రైడ్స్ సౌకర్యాలు ఉన్నాయి. వీటిని పిల్లల కోసమే కాదు పెద్దల కోసం కూడా ఏర్పాటుచేసారు. కొన్ని మరీ ప్రమాదకరంగా ఉంటాయి. ఉదాహరణకు 'టోర్‌నెడో కోస్టర్', 'ద నీలగిరి ఎక్స్‌ప్రెస్', 'కరనా కోసిరెంజర్', 'డాషింగ్ బోట్', 'డిజీషేక్' లాంటివి. అందుకే ఇక్కడ అంతర్జాతీయ స్థాయి భద్రతా ఏర్పాట్లు ఉంటాయి. మేరీలాండ్‌లో టూరిస్టులు తమకు ఇష్టమైన కార్టూన్ పాత్రలతో కలవవచ్చు. ఇది ఈసి ఆర్ రోడ్‌పై ఉంది. ఇదే రోడ్‌పై 'తరశా వాటర్ స్పోర్ట్స్' ఉంది. ఇది మహాబలిపురం నుండి 15 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉంది.

ఇలియట్ బీచ్: ఇది చెన్నైకి దక్షిణ దిశలో ఉంది. ఈ బీచ్ రాత్రి సందడిగా ఉంటుంది. దక్షిణాది వంటకాలు ఇక్కడ నోరూరిస్తాయి. మెరీనా బీచ్‌లో మనుషులెక్కువ. ఇక్కడ అంతగా ఉండరు. రకరకాల ఆటలు ఉంటాయి. ఇక్కడ తాటి ముంజలు, ఖర్జూరపు చెట్లు ప్రకృతి శోభను పెంచుతాయి. ఫొటోగ్రఫీకి ఇది అనువైనస్థానం.

సెయింట్ జార్జి కోట : సాగరతీరంలో 1639లో నిర్మించిన ఈ కోట చెన్నై నగరం విస్తరించడానికి ఒక తార్కాణంగా నిలిచింది. ఈ కట్టడం ఈస్ట్ ఇండియా కంపెనీ జ్ఞాపకాలను గుర్తు చేస్తుంది. ఈ కోట నిర్మించిన వారు, నాటి నేతలు, జ్ఞాపకాలకు నిలువుటద్దంగా నిలుస్తుంది. దీన్ని ఔరంగజేబు, మరాఠీలు, హైదర్ అలీ-2 ఆక్రమించారు. కోటలో ఆ కాలంనాటి యుద్ధ పరికరాలు, అస్త్ర శస్త్రాలు, నాణాలు, కథాకళి శాంపిల్స్ కనిపిస్తాయి. ఒకప్పుడు ఇక్కడ రాబర్ట్ క్లయివ్ నివసించేవాడని చెబుతారు. ఈ కోట ఇప్పుడు చెన్నై నగరంలోనే అన్నింటికంటే ఎత్తయిన 'ఫ్లాగ్ పోల్'గా నిలచింది.

ఫ్రీ మెన్సన్స్ హాల్ : ఈ మ్యూజియం ఎగ్మూర్ ప్రాంతంలో ఉంది. ఈ భవనానికి



చారిత్రక ప్రాధాన్యత ఉంది. ప్రస్తుతం ఇది సైనిక స్థావరాలకు ఉపయోగపడుతోంది. ఇందులో గ్రీకు స్టయిల్ ఆర్కిటెక్చర్ ఎంతో అందంగా కనిపిస్తుంటుంది. దీనికి నాలుగువైపుల పెద్ద పెద్ద స్తంభాలు, ఇటాలియన్ టైల్స్, మార్బుల్ రాళ్లను ఉపయోగించారు.

పంచ మండపం : దేశం కోసం ప్రాణ త్యాగం చేసిన వారు, తర్వాత స్వాతంత్ర్యం కోసం పోరాడిన వారి సంస్మరణార్థం ఇక్కడ 5 సంగ్రహాలయాలు ఏర్పాటుచేసారు. 'గాంధీ మండపం', 'కామరాజ్ మెమోరియల్', 'రాజాజీ మెమోరియల్', 'భక్త వత్సలం' మొదలైనవి. ఈ మండపం చెన్నైలోని గిండీ ప్రదేశంలో ఉంది.

వల్లువర్ కొట్టం : ఈ ప్రాంతం సుప్రసిద్ధ కవి, భక్తుడు తిరువల్లువర్ గొప్పదనాన్ని చాటుతోంది. ఇక్కడ ఆడిటోరియం ఉంది. దీనికి ఉపయోగించిన గ్రానైట్ స్తంభాలు ఎంతో అందంగా ఉంటాయి.

ఇతర ఆకర్షణలు : మహాబలిపురం నుండి చెన్నైకి వచ్చే దారిలో కోవలాంగ్‌బీచ్ చూడదగినది. దీనికి కొద్ది దూరంలో 'క్రొకడైల్ బ్యాంకు' ఉంది. 'వేదాంతంగల్ బర్డ్ శాంక్చురీ' ఇక్కడ ప్రకృతి ప్రేమికులకు ఆనందాన్ని కలిగిస్తుంది.

కొడైకెనాల్

ఇక్కడ ఎలాంటి కాలుష్యం ఉండదు. ప్రకృతి సౌందర్యంతో అలరారుతూ ఉండే కొడైకెనాల్ పర్యాటకులకు కనువిందు చేస్తుంది. 'పిక్నిక్ సెంటర్'గా ఇది పేరు గాంచింది. దక్షిణ భారతదేశంలో ఉన్న ప్రముఖ కొండ ప్రాంతం ఇది. ఇది పలానీ పర్వతాలు. సముద్రమట్టం నుండి 2,133 అడుగుల ఎత్తులో ఇది ఉంటుంది. ప్రశాంత శీతల సెలయేర్లు నగర మధ్యలో ఉన్నాయి. కొడైకెనాల్ వాతావరణం ఎంతో ఆహ్లాదకరంగా ఉంటుంది. వేసవిలో, శీతాకాలంలో ఒకే రకమైన వాతావరణం ఉంటుంది. కొండ ప్రాంతం కాబట్టి ఇక్కడ ఎటు చూసినా



ఫలపుష్పాదులు కనిపిస్తాయి. ఇక్కడ 'కీరంజీ' అనే పుష్పం 12 సంవత్సరాలకి ఒక్కసారి మాత్రమే పూస్తుంది. అప్పుడు ఈ కొండప్రాంతమంతా నేరేడు రంగులో కనిపిస్తుంది.

ఇక్కడ 'సెయిలింగ్ ట్రాకింగ్' ఉంది. దీనికి అటవీ అధికారుల అనుమతి తీసుకోవాలి. చాలా చోట్ల ఇక్కడ తేయాకు తోటలు కనిపిస్తాయి. కాఫీ తోటలు కూడా ఉన్నాయి. తోటలు, యూకలిప్టస్ చెట్లు, సిల్వర్ ఓక్ వృక్షాలతో ఈ ప్రాంతమంతా ఒక అందమైన సమూహంగా కనిపిస్తుంది.

చూడదగ్గ ప్రదేశాలు

సరస్సులు : కొడైకెనాల్‌లోని సరోవరాలు ఆకాశంలోని నక్షత్రాల్లా కనిపిస్తాయి. ఇవి దాదాపు 25 హెక్టార్లలో వ్యాపించి ఉన్నాయి. ఇక్కడ 'బోట్ రైడింగ్' ఉంది. వీటికి తూర్పు దిశలో బ్రయంట్ పార్కు ఉంది. ఇక్కడ విరబూసే రకరకాల గులాబీలను అనేకం చూడవచ్చు. ఇక్కడ ఒక గాజుమహల్ ఉంది. దీనిచుట్టూ గులాబీ పూలు అటూ ఇటూ ఊగుతూ కనిపిస్తాయి. వీటిని చూస్తూ పర్యాటకులు ముగ్ధులవుతుంటారు. ఇక్కడ సైకిలింగ్, బోట్ రైడింగ్, గుర్రపు స్వారీ ఏర్పాట్లు ఉన్నాయి.

కోకర్స్ వాక్: ఈ ప్రదేశం సరస్సుకు ఒక కి.మీ. దూరంలో ఉంది. కొండల మధ్య కొలువు దీరిన ఈ ప్రాంతంలో కాలి బాటలున్నాయి. కొండలు, లోయలు ఎంతో అందంగా కనిపిస్తాయి. కొడైకెనాల్ దక్షిణం వైపు వెళ్లి చూడవచ్చు. దీనికి డబ్బులు చెల్లించాల్సి ఉంటుంది.

గ్రీన్‌వాలీ వ్యూ : సరస్సు నుండి దాదాపు 5 కి.మీ. దూరంలో గ్రీన్‌వాలీ వ్యూ ఉంది. దీన్ని 'సూసైడ్ పాయింట్' అని కూడా పిలుస్తారు. ఇది చాలా లోతైన లోయ. భయంకరమైనది కూడా. ఇక్కడ నుండి అందమైన వేగయ్ డ్యాం వ్యూ కనిపిస్తుంది.

టెలిస్కోప్ హౌస్ : కొడైకెనాల్‌లో రెండు టెలిస్కోప్ హౌస్‌లు ఉన్నాయి. ఇందులో ఒకటి కోకర్స్ వాక్‌లో ఉంది. రెండవది కురింజీ అండావర్‌లో ఉంది.

ఫెయిరీ వాటర్ ఫాల్: ఈ ప్రదేశం సరస్సు నుండి దాదాపు 5 కి.మీ. దూరంలో ఉంది. ఈ సెలయేరు కొత్త దంపతులకు, సినిమా షూటింగ్‌లకు ఎంతో అనువైనది.

సైలెంట్ వాలీ వ్యూ: కొత్త జంటల హనీమూన్‌కి ఇది అనువైన స్థలం. ఇక్కడి ప్రశాంత వాతావరణం దృశ్యాలు ఎంతో రమణీయంగా ఉంటాయి. ఇక్కడ ప్రేమ నిండిన గుండెలు వూసులు చెప్పుకుంటాయి. పిల్లర్ రాక్‌కు కొద్ది దూరంలో ఈ ప్రదేశం ఉంది. దీన్నే 'సైలెంట్‌వాలీ వ్యూ' అని అంటారు.

షాపింగ్ : ఖాదీ ఎంపోరియమ్, కేరళ





హ్యాండీక్రాఫ్ట్స్, పూంపహార్ ఎంపోరియమ్‌లలో చేయవచ్చు.

ఊటీ

తమిళనాడు పర్వత ప్రాంతంలో వెలసిన ఈ ప్రాంతం ఒక అందమైన పర్యాటక కేంద్రం. ఇది నీలగిరి పర్వతాల మధ్య ఉంది. సముద్రమట్టానికి 7,349 అడుగుల ఎత్తులో ఇది ఉంది. ఇది 3-4 కిలోమీటర్ల విస్తీర్ణంలో వ్యాపించి ఉంది. కాలి నడకతో ఈప్రాంతాన్ని చుట్టి రావచ్చు. తేయాకు తోటలు ఇక్కడ ఎన్నో ఉన్నాయి. ప్రశాంతమైన కున్నూర్, కోటగిరి పర్వతాలు ఇక్కడ చూడవచ్చు.

చూడదగ్గ ప్రదేశాలు

1847లో ఇక్కడ 'వనస్పతి ఉద్యాన్' ఏర్పాటుచేసారు. ఇందులో రకరకాల జాతుల మొక్కలను పెంచుతున్నారు. వీటితో ఆర్థిక వనరులు కూడా ఏర్పడ్డాయి. ఇక్కడ లభించే పుష్పాలను డెకొరేషన్‌కి ఉపయోగిస్తున్నారు. దీని దగ్గర ఒక చిన్న జలపాతం ఉంది. ఈ ఉద్యానవనంలో 2 వేల సంవత్సరాలనాటి ప్రాచీన వృక్షం ఉంది. సంవత్సరమంతా పూచే పూల సందడి ఇక్కడి ప్రత్యేక ఆకర్షణ. వృక్షశాస్త్ర పరిశోధక విద్యార్థులు ఇక్కడికి తరచుగా వస్తుంటారు. ఈ ఉద్యానవనంలోనే ప్రతి సంవత్సరం 'సౌత్ ఇండియా కెనాల్ క్లబ్' తమ 'డాగ్ షో'ను నిర్వహిస్తుంటుంది.

ఊటీ సరస్సు నగరానికి 3 కి.మీ. దూరంలో ఉంది. దీనిని 1842లో నిర్మించారు. కోయంబత్తూర్ కలెక్టరు దీనిని నిర్మించాడు. ఇక్కడ ప్రతిరోజూ 10 గంటలపాటు బోటు ప్రయాణం చేసే సౌకర్యం లభిస్తుంది. ఉదయం 8 గంటల నుండి సాయంత్రం 6 గంటల వరకు







ఇది ఉంటుంది. రైల్వేస్టేషన్, బస్టాండు దగ్గర 'లేక్ గార్డెన్' పేరుతో ఒక ప్రదేశం ఉంది. ఇది ఒక తోట. ఇక్కడ పర్యాటకుల సందడి ఎక్కువగా ఉంటుంది. పిల్లలు ఆడుకోవటానికి ఇది అనువైన స్థలం. ఇక్కడ సంగీత వాయిద్యాల హోరు ఎక్కువగా వినిపిస్తుంటుంది. పిల్లలకు ఇది ఒక ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలుస్తుంది.

వెనలాక్ డాన్స్ ఊటీ నుండి 30 కి.మీ. దూరంలో ఉంది. ఇక్కడ ప్రవేశించడానికి ముందస్తు అనుమతి తీసుకోవలసి ఉంటుంది. ఇక్కడ గొర్రెల పోషణ కేంద్రం, జింఖానా క్లబ్, హిందుస్తాన్ ఫోటో ఫిల్మ్ ఫ్యాక్టరీ ఉన్నాయి.

కోటగిరి ఊటీ నుండి 29 కి.మీ. దూరంలో ఉంది. ఇక్కడ రంగస్వామి పార్కు, కోడ్‌నాడ్ వ్యూ పాయింట్ చూడదగినవి.

దొడ్డా బెహరా : ఇదొక ఎత్తయిన నీలగిరి పర్వతం. దూరం నుండి ఈ పర్వతం ఎంతో అందంగా, మనోహరంగా కనిపిస్తుంది. ఇక్కడ ఒక బైనాక్యులర్ ఉంది. దానితో చుట్టుపక్కల ఉన్న పర్వతాల అందాలను దర్శించవచ్చు. ఇది ఊటీ నుండి 10 కి.మీ. దూరంలో ఉంది.

ఎలక్ హిల్స్‌కు ఊటీ నుండి ఒక గంటలో కాలినడకలో వెళ్లవచ్చు. ఇక్కడి నుండి పర్వత లోయలు, నగర అందాలను తిలకించవచ్చు.

కాల్ హట్టీ జలపాతం ఊటీ నుండి 14 కి.మీ. దూరంలో ఉంది. పిక్నిక్, ట్రెక్కింగ్‌కి ఇది అనువైనది.

ఇక్కడ ఉన్న జలపాతం 36 మీటర్ల ఎత్తు నుండి క్రిందికి దూకుతుంది. ఇక్కడి ప్రాకృతిక అందాలు చూడ ముచ్చటగా ఉంటాయి.

ఊటీ నుండి 64 కి.మీ. దూరంలో ముదైమయి వన్యప్రాణి అభయారణ్యం ఉంది. ఇక్కడ ఉండటానికి తగిన వసతి సౌకర్యాలు ఉన్నాయి. ఇక్కడ ఏనుగు స్వారీ చేయవచ్చు.

- శిఖ

మహాబలిపురం

మహాబలిపురం చెన్నై నగరానికి 48 కి.మీ. దూరంలో ఉంది. ఇది గతకాలపు చరిత్రను గుర్తుకు తెస్తుంటుంది. బంగాళాఖాతం సముద్ర తీరంలో ఇది ఉంది. పల్లవ వంశానికి చెందిన మహేంద్రవర్మన్ కాలంలో మహాబలిపురం రాతి నిర్మాణాలు రూపుదిద్దుకున్నాయి. 1200 సంవత్సరం నుండి అవన్నీ ఇప్పటికీ చెక్కు చెదరకుండా ఉన్నాయి. దీనిని ప్రాచీనకాలంలో 'మామల్లపురం'గా పిలిచేవారు.

7వ శతాబ్దంలో పల్లవరాజులు తమ కోసం స్థావరాలను ఇక్కడ ఏర్పాటుచేసుకున్నారు. కోటల్ని కట్టుకున్నారు. వారి నౌకాయానానికీ, వాణిజ్యానికీ ఇక్కడి ఓడరేవులు ఉపయోగపడేవి.

పల్లవ వంశస్థుడు రాజా నరసింహవర్మన్ పరిపాలనలో దేవాలయాలు, గుహాలయాలు, శిల్ప నిర్మాణాలు జరిగాయి. మహాబలిపురం నుండి కేవలం ఒక కి.మీ. దూరంలో సముద్రతీరంలో రెండు దేవాలయాలు ఉన్నాయి. ఒకటి తూర్పు దిశలో ఉంటే మరొకటి ఉత్తర దిశలో ఉంది. తూర్పు దిశలో ఉన్న దేవాలయం శిఖరం ఉన్నతంగా కనిపిస్తుంది. ఇందులో రెండు గర్భ గృహాలు ఉన్నాయి. ఉత్తరంవైపు ఉన్న ఆలయం 2.5 మీటర్ల ఎత్తులో ఉంది. ఇక్కడి శిల్పాలను గ్రానైట్ రాయితో చెక్కారు.

సాగర తీరాన వెలసిన 'షోర్ టెంపుల్' పల్లవ కాలం నాటి అరుదైన వాస్తు కళకి నమూనాగా నిలబడుతుంది. దీన్ని రాజసింహుడు 7వ శతాబ్దంలో నిర్మించాడు. ఈ ఆలయానికి దగ్గరలో రక్షణ గోడను ఏర్పాటుచేసారు. ఇది ఎంతో అందమైన ప్రదేశం.

ఈ ఆలయానికి మరోవైపు కొద్దిదూరంలో పంచరథాలు ఉన్నాయి. ఇవన్నీ ఏకశిలా నిర్మాణాలు. రథాల్లాగ చెక్కిన ఈ ఆలయాలు పర్యాటకులకు విస్మయాన్ని కలుగచేస్తాయి. ఏనుగులు, సింహాలు, నంది శిల్పాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి.

పంచరథాల్లో మొదటిది ద్రౌపది పేరుతో ఉంది. ఇది బెంగాలీ వాస్తుకళను గుర్తుకు తెస్తుంది. దీనితోపాటు నకుల, సహదేవ రథాలున్నాయి. వీటికి ఎదురుగా సింహం, ఏనుగు శిల్పాలున్నాయి. మరోవైపు భీముని రెండంతస్తుల రథం ఉంది. చివరగా అర్జునుని రథం ఉంది. ఇది అన్నిటికంటే పెద్దది. వీటితోపాటు మరోవైపు దేవీ, దేవతల మూర్తులు కనిపిస్తాయి.

ఇక్కడ ఉన్న గుహల్లో ధార్మిక కథలను చిత్రాల రూపంలో చక్కగా ప్రదర్శించారు. ఇక్కడి మండపాలు ఎంతో అందంగా ఉంటాయి. ఇక్కడి శిల్పసంపదంతా అలనాటి పల్లవరాజుల అభిరుచులను తెలియచేస్తుంటుంది. మహాబలిపురం చుట్టుపక్కల మరికొన్ని చూడదగిన ప్రదేశాలున్నాయి. వీటిలో కళాకారుల గ్రామం చీలమండలం, మృదుకండు, క్రొకడైల్, స్నేక్‌బాంక్, కాంచీపురం ఉన్నాయి.

- రామకృష్ణ ●

'సదరన్ ట్రావెల్స్'కి వరుసగా మూడోసారి

'బెస్ట్ డొమెస్టిక్ టూర్ ఆపరేటర్' జాతీయ స్థాయి పురస్కారం

దేశ రాజధాని న్యూఢిల్లీ నగరం ప్రధాన కేంద్రంగా తెలుగువారి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించబడుతున్న సంస్థ 'సదరన్ ట్రావెల్స్ ప్రైవేట్ లిమిటెడ్' వరుసగా మూడవసారి 2010 మార్చి 3వ తేదీన కేంద్ర ప్రభుత్వం, పర్యాటక రంగంలో విశిష్ట సేవలను అందిస్తున్న సంస్థలకు ఇచ్చే 'ది బెస్ట్ డొమెస్టిక్ టూర్ ఆపరేటర్' జాతీయ పురస్కారాన్ని అందు కుంది. గతంలో 2008, 2009లో కూడా సదరన్ ట్రావెల్స్ ఈ అవార్డును దక్కించుకుంది. 2010కి గాను మూడవ సారి ఇప్పుడు ఎంపికైంది. 1970లో ట్రావెల్స్ రంగంలోకి ప్రవేశించిన సదరన్ ట్రావెల్స్ నేటికి నలభై వసంతాలు పూర్తి చేసుకుంది. పర్యా టక, ఆతిథ్య రంగాల్లో నిరుపమానమైన సేవలను అందిస్తూ, ఈ రంగాల్లో అత్యున్నత స్థాయికి చేరుకుంది. ఈ సంస్థ అభివృద్ధిలో చైర్మన్ ఆలపాటి వెంకటేశ్వరరావు (ఎ.వి.రావు), ఎం.డి. ఎ.కృష్ణమోహన్, ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరెక్టర్ ఎ.వి.ప్రవీణ్ కుమార్‌ల కృషి ఎంతో ఉంది. న్యూఢిల్లీతో పాటు హైదరాబాద్, బెంగళూరు, చెన్నై, ముంబై, విజయవాడ, వైజాగ్ లాంటి ప్రముఖ నగరాలలో ఈ సంస్థ కార్యాలయాలు ఉన్నాయి. ఈ సంస్థ దక్షిణాది రాష్ట్రాల నుండి ఉత్తర భారత దేశంలోని ప్రముఖ పర్యాటక ప్రాంతాలను కలుపుతూ ప్రత్యేక ప్యాకేజీలను అందిస్తోంది. లేటెస్ట్ మోడల్ వోల్వో కోచ్‌లు, హైటెక్, లగ్జరీ బస్సులు, కార్లు తదితర రవాణా సాధనాలు యాత్రికుల కోసం ఈ సంస్థ అందుబాటులో ఉంచింది. ఢిల్లీలోని 'సదరన్ సూపర్ మార్కెట్' సదరన్ ట్రావెల్స్ వారి అనుబంధ సంస్థ. అలాగే సౌత్ ఆఫ్రికాలోని డర్బన్ నగరంలో కూడా ఒక రెస్టారెంటును ఈ సంస్థ నడుపుతోంది.

- 'గృహశోభ' ప్రతినిధి ●



2008వ సంవత్సరంలో కేంద్ర విదేశాంగ మంత్రి ప్రణబ్ ముఖర్జీ చేతుల మీదుగా అవార్డు అందుకొంటున్న చైర్మన్ ఎ.వి.రావు.



2009వ సంవత్సరంలో కేంద్ర హోం మంత్రి చిదంబరం చేతుల మీదుగా అవార్డు అందుకొంటున్న చైర్మన్ ఎ.వి.రావు.



2010 సంవత్సరంలో భారత ఉపరాష్ట్రపతి డా॥ హమీద్ అన్సారీ చేతుల మీదుగా అవార్డు అందుకొంటున్న చైర్మన్ ఎ.వి.రావు.

హైదరాబాద్

ఆంధ్రప్రదేశ్

ప్రభుత్వం	- కాంగ్రెస్
ముఖ్యమంత్రి	- కె.రోశయ్య
గవర్నర్	- నరసింహన్
విధానసభ సభ్యుల సంఖ్య	- 294
వాణిజ్యం	- ఆటోమొబైల్స్, ఆటో కంపోనెంట్స్, షుగర్, కెమికల్స్, స్పైసస్

హైదరాబాద్ ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర రాజధాని. ఈ నగరం మధ్యలో నుండి మూసీనది ప్రవహిస్తోంది. భారతదేశంలో ఉన్న అతి పెద్ద నగరాల్లో హైదరాబాద్ ఒకటి. ఇది సముద్ర మట్టానికి 1750 అడుగుల ఎత్తులో ఉంది. ఈ నగరం ప్రాచీనకాలం నుండీ ముత్యాల వ్యాపారానికి ప్రసిద్ధి. దీనికి వేల సంవత్సరాల చరిత్ర ఉంది.

హైదరాబాద్ నగరాన్ని 1591లో కుతుబ్‌షాహీ వంశానికి చెందిన మహమ్మద్ కులీ కుతుబ్ షా నిర్మించాడు. ఈ నగరానికి తన ప్రియురాలు పేరు పెట్టాడు. అందుకే దీనిని 'భాగ్యనగరం' అని పిలుస్తారు. అలాగే ఈ నగరంలో లెక్కలేనన్ని తోటలు (భాగ్)లు ఉండేవి. వీటిని చూసి కొందరు 'భాగ్ నగర్' అని పిలిచేవారు. కులీ కుతుబ్ షా ప్రియురాలు భాగమతి ఉండే మహల్ పేరు 'హైదర్ మహల్'. ఆమె చనిపోయిన తర్వాత ఈ నగరం 'హైదరాబాద్'గా మారింది. ప్రస్తుతం హైదరాబాద్‌ని 'హైటెక్ సిటీ'గా, 'సైబర్ కేపిటల్'గా పిలుస్తున్నారు. ఈ నగరంలో ప్రపంచ ప్రసిద్ధి చెందిన సాఫ్ట్‌వేర్ కంపెనీల కార్యాలయాలు ఎన్నో ఉన్నాయి. విద్యా, ఉద్యోగావకాశాలకు ఈ నగరం ఒక ముఖ్య కేంద్రంగా విలసిల్లుతోంది.

దర్శనీయ స్థలాలు

కుతుబ్ షాహీ సమాధులు : గోల్కొండ కోటకు రెండు కిలోమీటర్ల దూరంలో పశ్చిమంలో ఉన్న ఈ సమాధులను ఒక క్రమ పద్ధతిలో నిర్మించారు. కుతుబ్ షాహీ రాజవంశస్థుల జ్ఞాపకార్థం ఈ సమాధులు వెలిశాయి. హిందూ, పార్శీ, పఠాన్ సమ్మిశ్రిత వాస్తుకళ ఈ సమాధుల్లో కనిపిస్తుంది. సమాధుల గుమ్మటాలు, బాల్కనీలు, గదులు చక్కగా తీర్చిదిద్ది ఉన్నాయి.

హుస్సేన్ సాగర్ సరస్సు : ఇబ్రహీం కుతుబ్ షాహీ పరిపాలనా కాలంలో హజరత్ హుస్సేన్ షా అలీ ఈ చెరువును నిర్మించాడు. ఈ చెరువు మధ్యలో విశాలమైన బుద్ధ ప్రతిమ

హైదరాబాద్

వాయు మార్గం :

హైదరాబాద్ నగరానికి 30 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఇంటర్నేషనల్ రాజీవ్‌గాంధీ ఎయిర్‌పోర్టు ఉంది. ఇది భారతదేశంలో మొట్టమొదటి గ్రీన్ ఫీల్డ్ ఎయిర్‌పోర్టు.

రైలు మార్గం :

ఇక్కడ లోకల్ ట్రైన్ సౌకర్యముంది. ఇది సికింద్రాబాద్‌తోపాటు మరికొన్ని సమీప ప్రాంతాలకు తిరుగుతూ ఉంటుంది. నాంపల్లి, కాచిగూడ రైల్వేస్టేషన్లు ఇక్కడ ఉన్నాయి. అన్ని ప్రధాన పట్టణాల నుండి హైదరాబాద్‌కి రైలు సౌకర్యం ఉంది.

రోడ్డు మార్గం :

జాతీయ రహదారులతో హైదరాబాద్ రోడ్లు అనుసంధానమై ఉన్నాయి. ఈ నగరంలో వేల సంఖ్యలో ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ బస్సులు ఉన్నాయి.

ఎక్కడ దిగాలి? :

నగరంలో ఫైవ్‌స్టార్ హోటల్స్‌తోపాటు త్రీస్టార్స్ హోటల్స్ ఉన్నాయి. బడ్జెట్‌కు తగ్గ హోటల్స్ కూడా ఇక్కడ ఎన్నో ఉన్నాయి.

ఎప్పుడు వెళ్లాలి? :

నవంబర్ నుండి జనవరి వరకు పర్యటనకు అనుకూలమైన సమయం. వేసవిలో ఇక్కడ ఎండలు ఎక్కువగా ఉంటాయి.

చార్‌మినార్: హైదరాబాద్‌కు మకుటంగా నిలిచిన ఈ చార్‌మినార్‌ను రాయి, ప్లాస్టర్ ఆఫ్ ప్యారిస్ ఉపయోగించి నిర్మించారు. సుల్తాన్ మహమ్మద్ కులీ కుతుబ్ షా దీని నిర్మాత. ఒక్కో మినారు 180 అడుగుల ఎత్తులో ఉంటుంది. చార్‌మినార్ పైన మధ్యలో ఒక మసీదు ఉంది. హిందూ, ముస్లిం సౌభ్రాతృత్వానికి చార్‌మినార్ ఒక ప్రతీక. రాత్రిపూట దీపాల వెలుగులో ఎంతో అద్భుతంగా కనిపిస్తుంది.

● శిఖ









ఉంది. తెలుగువారి కీర్తి ప్రతిష్ఠలకు ప్రతీకలుగా కొందరు ప్రసిద్ధి చెందిన వ్యక్తుల విగ్రహాలను, ఈ చెరువు కట్టపై ప్రతిష్ఠించారు. ఇక్కడ బోట్ రైడింగ్, పెడలింగ్ బోట్ రైడింగ్ సౌకర్యం ఉంది.

గోల్కొండ చరిత్ర కాకతీయుల పరిపాలనా కాలం నుండి మొదలవుతుంది. ఈ కోటలో కుతుబ్ షాహీ కొన్ని మార్పులు చేశాడు. 400 అడుగుల ఎత్తులో ఉన్న ఈ కోట వ్యాసార్థం 8 కి.మీ. ఈ కోట ముఖద్వారం దగ్గర నిలబడి చప్పట్లు కొడితే కొండపైన ఉండే దర్బారు హాలులో కూర్చున్న రాజుకు వినబడుతుంది.

ఇది వాస్తుశిల్పంలోని ఒక అద్భుతం. అలాగే ప్రపంచ ప్రఖ్యాతి గాంచిన కోహినూర్ వజ్రం ఈ గోల్కొండ త్రవ్వకాలలోనే లభించింది.

లాడ్ బజార్: ఈ బజారు చార్మినార్‌కు సమీపంలో ఉంది. ఇది ముత్యాలకు, ఇతర ఆభరణాలకు ఎంతో ప్రసిద్ధి చెందింది.

రామోజీ ఫిల్మ్‌సిటీ : ఇది ఆంధ్రప్రదేశ్‌కే కాదు, భారతదేశానికే గుండెకాయలాంటి అద్భుత ప్రదేశం. దాదాపు 1500 ఎకరాలలో ఎన్నో అద్భుత కట్టడాలను నిర్మించిన ఈ ప్రదేశం హైదరాబాద్ నుండి విజయవాడకు వెళ్లే జాతీయ రహదారి పక్కన ఉంది. ఇందులో చిత్రపరిశ్రమకు సంబంధించిన అన్ని సౌకర్యాలు ఉన్నాయి. ఇది నగరానికి 30 కి.మీ. దూరంలో ఉంది.

సాలార్‌జంగ్ మ్యూజియం : మూడవ సాలార్‌జంగ్ నిజామ్ దర్బారులో ప్రధానమంత్రిగా పనిచేసేవాడు. ఇతనికి కళలంటే ఎంతో అభిమానం. అందుకే ప్రపంచంలో ఉన్న చిత్రవిచిత్ర కళాఖండాలను సేకరించాడు. అలా అతను సేకరించిన కళాఖండాలను ఈ మ్యూజియంలో ప్రదర్శనకు పెట్టారు. ఇక్కడ దాదాపు 35 వేల కళాత్మక వస్తువులు ఉన్నాయి. ●

సౌత్ ఇండియా టూరిజం స్పెషల్

గోవా



ప్రకృతిక సౌందర్యానికి గోవా నగరం పెట్టింది పేరు. ఇక్కడ పాత, కొత్త సంస్కృతుల సమ్మేళనం కనిపిస్తుంది. సముద్ర తీరాల అందాలు ఒక వైపు పర్యాటకులను ఆకర్షిస్తుంటే మరోవైపు నదులు, వాటర్‌గేమ్స్ లాంటివి పర్యాటకులకు కనువిందు చేస్తుంటాయి.

వీటితోపాటు కొబ్బరి చెట్లు, జీడి వృక్షాలు యాత్రికులను పలకరిస్తుంటాయి.

ఒకవైపు కర్నాటక, మరోవైపు మహారాష్ట్ర సరిహద్దులను కప్పుకుని పశ్చిమంలో అరేబియా సముద్రం ఒడ్డున బారులు తీరిన నగరం గోవా. ఈ నగర విస్తీర్ణం 3,702 కి.మీ. పానాజీ దీనికి రాజధాని.

మాపుసా, వాస్కో, మార్గోవా, పోండా పట్టణాలు ఇందులో కొలువు తీరి ఉన్నాయి. సంవత్సరమంతా ఇక్కడికి పర్యాటకులు వస్తూనే ఉంటారు. కానీ అక్టోబరు నుండి మే నెల మధ్య ఇక్కడి వాతావరణం ఎంతో బాగుంటుంది. డిసెంబరు నెలలో గోవా ఒక ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలుస్తుంది. దీనికి ఒక కారణం ఉంది. ఈ నెలలో ఇక్కడ క్రిస్మస్ పండుగను ఎంతో సందడిగా జరుపుకుంటారు. రాబోయే కొత్త సంవత్సరం సంబరాల హడావిడి ఇక్కడ





బాగా బీచ్ : నగర రణగొణ ధ్వనులకు దూరంగా ఉన్న అత్యంత ప్రశాంతమైన స్థలం ఇది. ఫిషింగ్ హాబీ ఉన్నవారికి ఇది ఎంతో ఇష్టమైన స్థలం. ఇక్కడికి పగలు మాత్రమే బస్సులు నడుస్తాయి. పొద్దు పోతే బస్సులు దొరకవు. ఇక్కడ ఎక్కువసేపు గడపాలంటే సొంత టాక్సీ తీసుకెళ్ళాలి. స్కూటర్ టాక్సీ తీసుకోవచ్చు. ఒక్కరే ఇందులో వెళ్ళగలరు. టాక్సీ స్టాండు విడిగా ఉంటుంది.



కనిపిస్తుంది.

పానాజీ నగరం తూర్పున 10 కి.మీ. దూరంలో ఆదిల్‌షా పాత నగరాన్ని నిర్మించాడు.

1510లో పోర్చుగీసు వారు ఇక్కడ తమ స్థావరాలను ఏర్పాటు చేసుకున్నారు. దాదాపు 400 సంవత్సరాలపాటు ఇక్కడ నివసించారు.

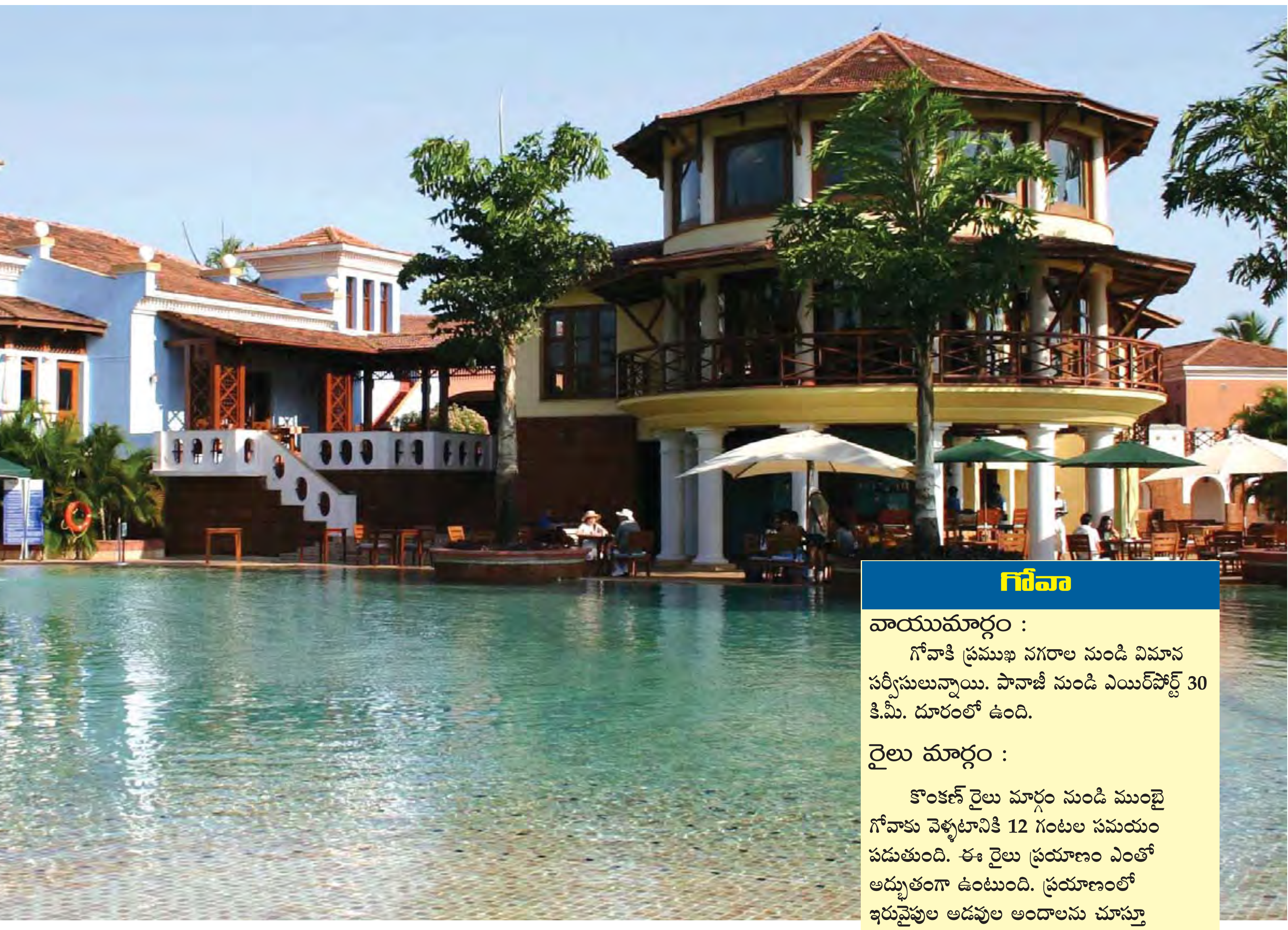
ఈ సమయంలో మరాఠీలు, ఇంగ్లీషు వారు కూడా స్థిర నివాసాలు ఏర్పాటుచేసుకున్నారు. దాని ప్రభావం ఈ నగరంపై స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. 1961లో గోవా పోర్చుగీసు వారి నుండి విముక్తి పొందింది. ఇండియన్ యూనియన్‌లో ఒక భాగంగా కలిసి పోయింది.

పోర్చుగీసు వారు ఇక్కడ నివసించిన కారణంగా ఇక్కడి పాత గోవా నివాస స్థలాలు ఎరుపు రంగులో కనిపిస్తాయి. వీటి పైకప్పులు మొక్కలతో అలరారుతుంటాయి.

ఇంటి ముంగిట రకరకాల పూలమొక్కలు తొంగి చూస్తుంటాయి. కాలిబాటలు, రహదారులు, అందమైన వృక్షాలతో కళకళలాడుతుంటాయి. నగరమంతా పరిశుభ్రంగా ఉంటుంది.

ఇక్కడి ప్రధాన భాషలు కొంకణి, మరాఠీ. ఇవే కాకుండా గోవా అంతా హిందీ మాట్లాడతారు. గోవా ప్రజలు అతిథులను ఎంతో బాగా చూసుకుంటారు. సేవాపరులు, స్వతంత్ర ఆలోచనా పరులు. మాండో, లాంప్ డాన్స్, మూసల్ డాన్స్, రోమట్, డంగర్ నృత్యం, మండప్, కునాబీ నృత్యం ఇక్కడ ప్రసిద్ధి చెందిన నృత్యాలు.

గోవాను సందర్శించిన పర్యాటకులకు మొదట ఒక అనుమానం వస్తుంది. వీరు శాకాహారులేనా? అన్న అనుమానం ఏర్పడుతుంది. వీరు నిజంగా శాకాహారులే. ఇక్కడ ఉన్న హోటళ్ళలో ఉత్తర, దక్షిణ భారత దేశ వంటకా లన్నీ లభిస్తాయి. ఫిష్‌కర్రీ ఇక్కడి ప్రత్యేకత.



గోవా

వాయుమార్గం :

గోవాకి ప్రముఖ నగరాల నుండి విమాన సర్వీసులున్నాయి. పానాజీ నుండి ఎయిర్‌పోర్ట్ 30 కి.మీ. దూరంలో ఉంది.

రైలు మార్గం :

కొంకణ్ రైలు మార్గం నుండి ముంబై గోవాకు వెళ్ళటానికి 12 గంటల సమయం పడుతుంది. ఈ రైలు ప్రయాణం ఎంతో అద్భుతంగా ఉంటుంది. ప్రయాణంలో ఇరువైపుల అడవుల అందాలను చూస్తూ ఆనందించవచ్చు. రైలు సొరంగం మార్గం నుండి వెళుతుంది. ఈ ప్రయాణంలో కొన్ని నదుల తీరాలను కూడా చూడవచ్చు. గోవాలో రెండు రైల్వేస్టేషన్లు ఉన్నాయి. ఒకటి మార్గోవా, రెండవది వాస్కో.

ఎక్కడ దిగాలి? :

ఇక్కడ ఎన్నో హోటళ్ళు ఉన్నాయి గెస్ట్‌హౌస్‌లు, రిసార్ట్స్ ఉన్నాయి.

కెనీజ్ హోటల్ (ఫోన్ : 0832-2224581), కేంపల్ బీచ్ రిసార్ట్ (ఫోన్: 0832- 2463027), గార్డెన్ వ్యూ హోటల్ (ఫోన్: 0832-2227844), హోటల్ ఫిడాల్గో (ఫోన్: 0832-2226291), టాంపరస్ గెస్ట్ హౌస్ (ఫోన్: 0832-24211750), హోటల్ త్రిమూర్తి (ఫోన్: 0832-2221441) ముఖ్యమైనవి కొన్ని.

గోవాలో కొన్ని ఇళ్లు గెస్ట్ హౌస్‌లుగా లభిస్తాయి.

ఎప్పుడు వెళ్లాలి? :

జూన్ నుండి సెప్టెంబరు వరకు ఇక్కడ వాతావరణం ఎంతో బాగుంటుంది. ఇతర సమయాల్లో ఇక్కడ హోటల్ రేట్స్ ఎక్కువగా ఉంటాయి.



దర్శనీయ స్థలాలు

ఇక్కడ చూడవలసిన స్థలాలను రెండు భాగాలుగా విభజించవచ్చు. ఒకటి దక్షిణ గోవా, రెండవది ఉత్తర గోవా. ఈ స్థలాలను చూసి రావటానికి జి.టి.డి.సి బస్సులు అందుబాటులో ఉంటాయి. ఉత్తర గోవాలో మాయేమ్ సరస్సులు, వాగాటోర్ బీచ్, ఫోర్ట్ అగోడా చూడదగినవి.

అలాగే దక్షిణ గోవాలో పానాజీ నుండి పావులాబీచ్, పాత గోవా బామ్ జీసస్, సీ కేథడ్రల్ చర్చిలను చూడవచ్చు. గోవాలో తిరగడానికి మోటార్ సైకిల్ టాక్సీ ఎంతో అనువుగా ఉంటుంది. థ్రిల్లింగ్‌గా ఉంటుంది.

వాగా టోర్ బీచ్ : ఇక్కడ సముద్రం అంత లోతుగా ఉండదు. కెరటాలు ఈ రాళ్ళను ఢీ కొడుతూ ఉంటాయి. పర్యాటకులను తడుపుతూ ఉంటాయి. ఇక్కడ వాటర్ గేమ్స్ ఆడుకోడానికి ఎంతో బాగుంటుంది.

కలంగూట్ బీచ్ : గోవా సముద్ర తీరంలో వెలసిన అన్ని బీచ్‌లలో కలంగూట్ బీచ్ ఒక మహారాణిలాంటిది. ఇది ఎంతో దూరం వ్యాపించి ఉంటుంది. అందమైన అలలు ఎగిసిపడు తుంటాయి. వాటి కోసం చాలామంది ఇక్కడికి వస్తారు. స్విమ్మింగ్ వచ్చిన వారికి ఈ ప్రదేశం బాగా నచ్చుతుంది. ఎగిసి పడే కెరటాలు వారిని కవ్విస్తూ ఉంటాయి. క్రింద ఇసుక జారిపోతూ వుంటే ఒక విచిత్రమైన అనుభూతి కలుగుతుంది.

అగోడా ఖిల్లా : ఈ కోట 17వ శతాబ్దానికి చెందింది. దీనికి ఎంతో చారిత్రక ప్రాధాన్యం ఉంది. కాని ఇక్కడికి పర్యాటకులు తక్కువగా వస్తుంటారు. అందుకే ఈ ప్రదేశం ఎంతో ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. దూరపు కొండలు పచ్చగా కనిపిస్తూ సందర్శకులను సమ్మోహితం చేస్తాయి.

అంజునా బీచ్ : ఇక్కడ కొబ్బరి చెట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. బీచ్‌లోని ఇసుక ఎరుపు రంగులో ఉంటుంది. సూర్యరశ్మిలో ఇది ఎంతో అందంగా కనిపిస్తుంది. దీన్ని మొదట్లో 'హిప్పీల బీచ్' అని పిలిచేవారు.

డోనా పావుల బీచ్ : పానాజీ నగరం నడిబొడ్డు నుండి ఈ బీచ్ 7 కి.మీ. దూరంలో ఉంది. మార్గోవా ఓడరేవు, జువారీ నదీ అందాలను ఇక్కడ చూడవచ్చు. వాటర్ స్కీయింగ్, వాటర్ సర్ఫింగ్‌లాంటివి ఇక్కడ ఉన్నాయి. కొన్నిచోట్ల స్పీడ్ బోటింగ్ ఏర్పాటు ఉంది. ఇక్కడ పేరా గ్లయిడింగ్ చేస్తూ ఎంతో ఎంజాయ్ చేయవచ్చు.

కోల్వా బీచ్ : సూర్య కిరణాల స్పర్శతో ఇక్కడి ఇసుక అంతా వెండిలా మెరుస్తుంది. తాటి, కొబ్బరిచెట్లు ఇక్కడ ఎక్కువగా ఉన్నాయి.

బామ్ జీసస్ చర్చి : 16వ శతాబ్దంలో ఈ చర్చిని నిర్మించారు. ఇది ప్రపంచప్రసిద్ధి పొందిన చర్చి.

ఇక్కడ సెయింట్ ఫ్రాన్సిస్ జేవియర్స్ అనే వ్యక్తి భౌతిక కాయాన్ని వెండి శవ పేటికలో ఎలాంటి రసాయనాలు వాడకుండా సురక్షితంగా భద్రపరిచారు. ఈ చర్చి కళాత్మకతను వర్ణించలేము.

సీ కేథడ్రల్ చర్చి : బామ్ జీసస్ క్రైస్ట్‌కు ఎదురుగా ఇది ఉంటుంది. దీని నిర్మాణానికి 75 సంవత్సరాలు పట్టింది. ఇక్కడ ఉన్న 5 బంగారు గంటలు ఎంతో అందంగా ఉంటాయి.

పానాజీ రంగుల రాత్రులు

పానాజీ గోవా రాజధాని. ప్రేమికులకు అనువైన అందమైన ప్రదేశం. సంగీత ప్రియులు ఇక్కడి క్లబ్బుల్లో డాన్స్ చూస్తూ మైమరిచి పోతుంటారు. అందాల రాత్రులను ఇక్కడ సొంతం చేసుకోవచ్చు. రకరకాల భోజనం ఇక్కడ లభిస్తుంది. డబ్బులు ఖర్చు పెడితే బోలెడంత ఆనందం మీ సొంతం. గోవాలో నదీ యాత్ర చేయటానికి 'క్రూజ్'లు లభిస్తాయి.

వీటిలో 'సొంతా మోనికా', 'రాయల్ క్రూజ్', 'డాల్ఫిన్ ఫాంటసీ' లాంటివి కొన్ని చెప్పుకోదగినవి. నదీ జలాల మధ్య ప్రయాణిస్తూ గోవా సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలను వీక్షించవచ్చు. వంద రూపాయలు చెల్లిస్తే ఒక గంటసేపు క్రూజ్ యాత్రానందం పొందవచ్చు. - మీనా ●

సౌత్ ఇండియా

టూరిజం స్పెషల్

కేరళ	
ప్రభుత్వం	- కమ్యూనిస్టు
ముఖ్యమంత్రి	- వి.యస్.అచ్యుతానంద్
గవర్నర్	- ఆర్.యస్.గవయ్
విధానసభ సభ్యుల సంఖ్య	- 140 మంది
వాణిజ్యం	- పర్యాటకం

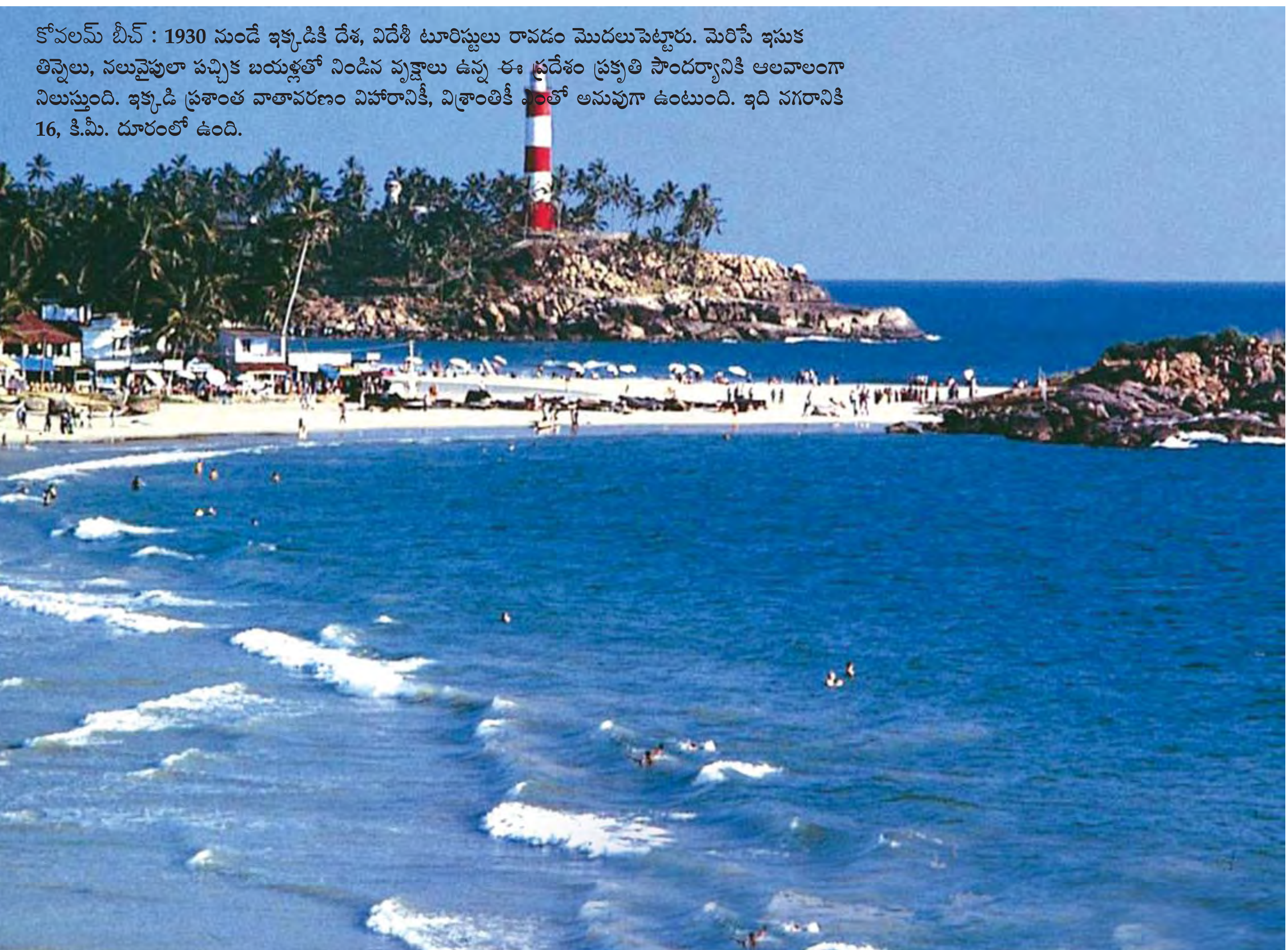
తిరువనంతపురం

తిరువనంతపురం కేరళ రాష్ట్ర రాజధాని. దక్షిణ భారతదేశపు కన్యాకుమారి దగ్గర ఇది ఉంది. ప్రశాంత నగరం ఇది. సురమ్య ప్రదేశం. ఆకర్షించే సముద్రం, స్వచ్ఛమైన వాతావరణం, సాగర తీరాల అందాలతో ఈ ప్రాంతం పర్యాటకులను ఎంతో ఆకర్షిస్తుంది.

తిరువనంతపురం పశ్చిమభాగంలోని తీర ప్రాంతం ఎప్పుడూ పచ్చదనంతో కళకళలాడుతుంటుంది. ప్రాచీన స్మృతి చిహ్నాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. సుసంపన్నమైన సంస్కృతి సంప్రదాయాలు ఇక్కడ కనిపిస్తాయి. దేశ, విదేశాల్లో ఉన్న సుప్రసిద్ధ తీర ప్రాంతాల్లో కేరళ ఒకటి.

దర్శనీయ స్థలాలు

పద్మనాభస్వామి ఆలయం : ఈస్ట్ ఫోర్ట్ ప్రాంతంలో ఇది ఉంది. కళాత్మకతకు, ద్రవిడ సంస్కృతికి ఇది అద్దం పడుతుంది. వాస్తుకళకు ప్రతీక. అందమైన పెయింటింగ్‌లు, శిలా ఫలకాల అందాలు ఇక్కడ చూడతగినవి.



కోవలమ్ బీచ్ : **1930** నుండే ఇక్కడికి దేశ, విదేశీ టూరిస్టులు రావడం మొదలుపెట్టారు. మెరిసే ఇసుక తిన్నెలు, నలువైపులా పచ్చిక బయళ్లతో నిండిన వృక్షాలు ఉన్న ఈ ప్రదేశం ప్రకృతి సౌందర్యానికి ఆలవాలంగా నిలుస్తుంది. ఇక్కడి ప్రశాంత వాతావరణం విహారానికీ, విశ్రాంతికీ ఎంతో అనువుగా ఉంటుంది. ఇది నగరానికి **16**, కి.మీ. దూరంలో ఉంది.



కుటీర మాలికా ప్యాలెస్ మ్యూజియం : ట్రావన్‌కూర్ మహారాజు స్వామి థిరునాల్ బలరామవర్మ ఈ ప్యాలెస్‌ను నిర్మించాడు. ఈయనొక మహాకవి. మ్యూజీషియన్. సమాజ సంస్కర్త. ఇక్కడ సంప్రదాయ ట్రావన్‌కూర్ వాస్తు శిల్పం కనిపిస్తుంది. దీన్ని మ్యూజియంగా తీర్చిదిద్దారు. దారు శిల్పం ఇక్కడ చూడదగింది. అరుదైన పెయింటింగ్స్, ప్రాచీన కాలపు రాజులకు చెందిన అరుదైన వస్తువులను ఇక్కడ ప్రదర్శనలో పెట్టారు.

నేపియర్ మ్యూజియం : 19వ శతాబ్దంలో ఏర్పాటైన ఈ మ్యూజియం వాస్తుకళకు పెట్టింది పేరు. ఇక్కడ అరుదైన కళాకృతులు, కాంస్య ప్రతిమలు, ఆభరణాలు, ఏనుగు దంతాలతో తయారుచేసిన వస్తువులు సందర్శకులకు ఒక గొప్ప అనుభూతిని కలిగిస్తాయి. ఇక్కడ ప్లాస్టిక్ వాడకం నిషిద్ధం.

శ్రీచిత్రా ఆర్ట్ గ్యాలరీ : ఇది నేపియర్ మ్యూజియం దగ్గర ఉంది. రాజా రవివర్మ, స్వెట్‌లోవా, నికోలస్ రోరిచ్ వేసిన అద్భుతమైన పెయింటింగ్స్ ఇక్కడ ఉన్నాయి. ఇక్కడ చైనా, జపాన్, టిబెట్ పెయింటింగ్స్‌ను కూడా చూడవచ్చు.

శంకుముగహం బీచ్: నగరానికి 8 కి.మీ. దూరంగా సూర్యుడు అస్తమించే దృశ్యం సందర్శకులను ప్రతినిత్యం ఆకట్టుకుంటుంది. దీన్నే 'శంకుముగహం' అని పిలుస్తారు.

ఈ బీచ్ తిరువనంతపురం ఎయిర్‌పోర్ట్, వేలీ టూరిస్ట్ విలేజ్ దగ్గరగా ఉంది. మనోల్లాసాన్ని కలిగించే క్లబ్, 35 మీటర్ల ఎత్తయిన మత్స్య కన్య శిల్పం, స్టార్ ఫిష్ ఆకారంలో ఉన్న రెస్టారెంట్లు ఇక్కడి ప్రత్యేక ఆకర్షణలు. ఇక్కడ ఉన్న చాచా నెహ్రూ ట్రాఫిక్ ట్రైనింగ్ పార్క్‌లో పిల్లలు ట్రాఫిక్ రూల్స్ నేర్చుకునే అవకాశం ఉంది.

వేలీ టూరిస్ట్ విలేజ్: ఇదొక పిక్నిక్ స్పాట్. సెలయేరు, అరేబియన్ సముద్రం కలిసే కూడలిలో ఈ ప్రదేశముంది. ఇక్కడ బోటింగ్ సౌకర్యం ఉంది. లేగూన్ సరస్సుల అందాల్ని ఇక్కడ చూడవచ్చు.

తిరువనంతపురం

వాయు మార్గం :

ఈ నగరానికి 8 కి.మీ. దూరంలో ఇంటర్నేషనల్ ఎయిర్ పోర్టు ఉంది. దగ్గరలోనే మరికొన్ని యాత్రా స్థలాలు కొచ్చి, మధురై, కోయంబత్తూరు, కాలికట్, మంగళూరులు ఉన్నాయి. ఇక్కడికి వెళ్లడానికి విమాన సర్వీసులు ఉన్నాయి.

రైలు మార్గం :

దేశంలోని ప్రముఖ నగరాలు జమ్మూ-కాశ్మీర్, లూథియానా, అంబాలా క్యాంట్, న్యూఢిల్లీ, ముంబై, కన్యాకుమారి, భోపాల్, గ్వాలియర్, ఆగ్రా, గోవా, కోల్‌కత, చెన్నై నుండి ఇక్కడికి రైలు ప్రయాణ సౌకర్యం ఉంది.

బస్సు మార్గం :

తిరువనంతపురం నుండి అన్ని ప్రాంతాలకు ప్రభుత్వ, ప్రైవేటు బస్సులు లభిస్తాయి.

ఎక్కడ దిగాలి? :

ఎయిర్‌లైన్స్ హోటల్ (ఫోన్: 2366633), గ్రాండ్ హోటల్ (ఫోన్: 2353211), హోటల్ సింగల్ (ఫోన్ : 228128), మైథ్యూ ప్లాజా (ఫోన్: 2337733), పంకజ్ (ఫోన్: 2464645), అమృత్ (ఫోన్: 2323091), కీర్తి (ఫోన్: 2325946), యాత్రీ నివాస్ (ఫోన్: 2317897).

ఎప్పుడు వెళ్లాలి? :

అక్టోబర్ నుండి మార్చి వరకు యాత్రకు అనుకూలం. సముద్రం చల్లగా ఉంటుంది. హోటల్స్, గెస్ట్ హౌస్‌లు, రైల్వే వసతి గృహాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి.

ఇడాకల్ల గుహలు

పచ్చిక బయళ్లతో నిండిన ఈ అందమైన గుహలు వాయనాడ్ పట్టణంలో ఉన్నాయి.



'వాయ్‌నాడ్' అంటే అందమైన ప్రదేశం అని అర్థం. ఉత్తర భారతంలో పశ్చిమ కనుమల్లోని కుర్గ్‌లాగా ఇది ఉంటుంది. ఈ ప్రాంతం నీలగిరి కొండల్లో ఉంది. ఇక్కడ దట్టమైన అడవులున్నాయి. తేయాకు తోటలు, మిరియాల తోటలు ఇక్కడ కనిపిస్తాయి. ఆదివాసీకి చెందిన 'వేదులు' అంటే షికారీలు ఇక్కడ నివసించేవారు. కొంతకాలం వరకు ఈ ప్రాంతం టిప్పుసుల్తాన్ స్వాధీనంలో ఉంది. ఆ తర్వాత ఇది వీర కేరళ్‌వర్మ ఆధీనంలోకి వచ్చింది. ఈ గుహలు 10వ శతాబ్దం నాటివి. ఇక్కడ నవీన శిలా యుగానికి చెందిన ఆనవాళ్ళు ఉన్నాయి.

ఇడాకల్ల గుహలు కల్‌పెట్టా, బతేరీమార్గ్‌లో సుల్తాన్ బతేరీ దగ్గర వైయల్ నుండి 3 కి.మీ. దూరంలో ఉన్నాయి. ఒకప్పుడు ఈ ప్రాంతం క్రూరమృగాలకు నిలయంగా ఉండేది. 1894లో బ్రిటిష్ పోలీసు అధికారి ఎఫ్.ఫౌసెట్ ఇక్కడికి షికారుకని వచ్చాడు. అప్పుడు ఈ గుహలను చూసి ఆశ్చర్యపోయాడు. ఇతనే అందరికీ పరిచయం చేసాడు.

కల్‌పట్టా నుండి ఇడాకల్ల గుహల దగ్గరకు చేరుకోటానికి మొదట్లో ఎలాంటి బస్సు సౌకర్యం ఉండేదికాదు. ప్రస్తుతం ఇక్కడికి చేరుకోడానికి మొదట అంబాలా వైయల్ వరకు బస్సులో, ఆ తర్వాత జీపులో వెళ్లాలి. యాత్రికులను తీసుకెళ్లే జీపు అంబు కుట్టీ మలయ్ వరకు తీసుకెళుతుంది. అక్కడి నుండి కొండపైకి కాలినడకన వెళ్లాలి. ఈ గుహలను బుధవారం తప్ప మిగిలిన రోజుల్లో ఉదయం 10 నుండి సాయంత్రం 5 వరకు తెరచి ఉంచుతారు.

ప్రకృతిసిద్ధంగా, సహజంగా ఏర్పడిన ఈ గుహల నిర్మాణం ఎంతో అద్భుతంగా, అపురూపంగా ఉంటుంది. మూడు పెద్ద గండ శిలలు ఒకదానినొకటి ఆనుకుని ఉంటాయి. చూడడానికి ఇది పైకప్పులాగా అనిపిస్తాయి. శిలలు ఏటవాలుగా వంగి ఉండటమే వీటి ప్రత్యేకత. విస్తారంగా వ్యాపించే ఈ శిలలు రెండు భాగాలుగా ఏర్పడినట్లు కనిపిస్తాయి. రెండువైపులా విడిపోయి ఉండడంతో ఇవి గాలి వాటానికి అనువుగా ఉన్నాయి.

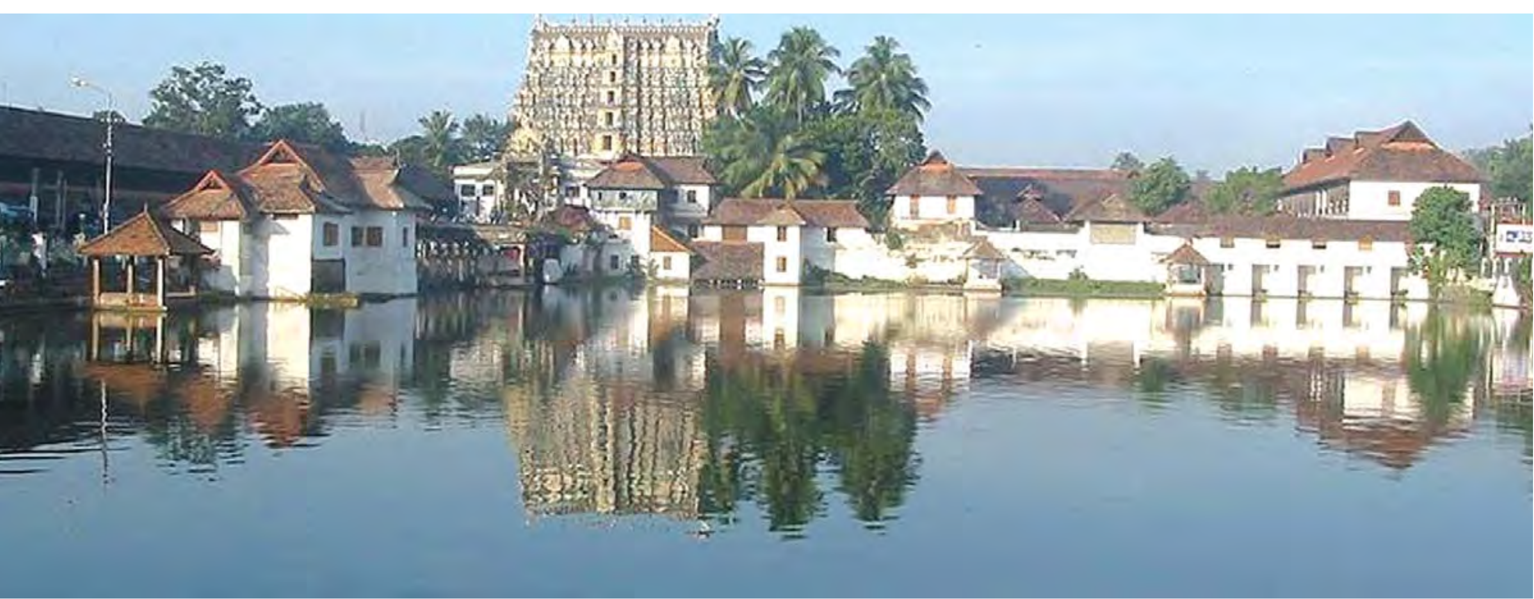
ఎంట్రీ ఫీజు చెల్లించిన తర్వాత వీటిపైకి ఎక్కడానికి అనుమతిస్తారు. మెట్లమీదుగా 12 అడుగుల వెడల్పు, 10 అడుగుల ఎత్తుగా ఉన్న ఈ కొండలపై ఎక్కవచ్చు.

దీనికి ఒకవైపు తాగునీటి సెలయేరు పారుతుంటుంది. ప్రవేశద్వారం నుండి లోపలికి వెళితే అక్కడ దారి విశాలంగా కనిపిస్తుంటుంది. ఇక్కడ ఒక ద్వారం కూడా ఏర్పాటు చేసారు. మొదటి గుహ 18 అడుగులు ఎత్తు, 12 అడుగుల వెడల్పు, 10 అడుగుల పొడవు ఉంటుంది. ఈ దారి నుండి వెళ్లటానికి 8-10 అడుగుల ఎత్తులో మెట్లను ఎక్కవలసి ఉంటుంది. ఒక మూలలో 15 అడుగుల ఎత్తులో ఇనుముతో నిర్మించిన మెట్లున్నాయి. ఈ మెట్ల నుండి వెళితే 100 అడుగుల పైకి ఎక్కిన తర్వాత రెండవ గుహను చేరుకోవచ్చు.

ఇక్కడి ప్రవేశ ద్వారాన్ని ఇనుప రాడ్‌లతో మూసివేసారు. కేవలం ఒక మనిషి వెళ్లడానికి సరిపోయే ద్వారాన్ని ఏర్పాటుచేసారు. ఈ గుహ కిందికి వెళ్లటానికి పది అడుగుల లోతులో మెట్లు ఉన్నాయి.

ప్రాచీన కాలంలో ఇలాంటి ఏర్పాట్లేమీ లేవు. ఎలాంటి మెట్లు లేకుండానే అప్పుడు సందర్శకులు పైకి, కిందికి ఎలా ఎక్కి, దిగారో నేటికీ అర్థం కాదు. ఇది ఆలోచిస్తేనే థ్రిల్లింగ్‌గా ఉంటుంది.

రెండవ గుహ 99 అడుగుల పొడవు ఉంటుంది. 22 అడుగుల వెడల్పు, 18 అడుగుల ఎత్తు ఉంటుంది. ఇదొక ఏసీ గదిలాగ ఉంటుంది. లోపల ఏర్పడిన గోడలు శిలలతో కూడినవి.





ఇక్కడ అర్థం కాని కొన్ని రాతలు కనిపిస్తాయి. ఆ రాతలు ఆదిమ మానవుని భాష అయి ఉంటుందని చెబుతారు. గోడలపై రాత దాదాపు 800 సంవత్సరాలక్రితం నాటిదై ఉంటుందని ఒక అంచనా. అది అస్పష్టంగా కనిపిస్తుంటుంది.

నవీన శిలా యుగానికి చెందిన ఈ చిత్రలిపి నిజంగా అద్భుతం. అలనాటి ఆలోచనలకు ఇది గుర్తుగా మిగిలిపోయింది. గోడలమీది శంఖు, వృత్తం, రేఖలు, నావ లాంటివి ఇక్కడ కనిపిస్తాయి.

1. తన తలను సవరించుకుంటున్న ఒక మనిషి ఆకారం 2. పైన ఈకను పృష్ఠభాగాన ధరించిన మనిషి ఆకారం 3. పెద్ద చొక్కా, ఆభరణాలు ధరించిన ఒక వ్యక్తి. 4. అలంకరించుకున్న ఎత్తయిన ఒక వ్యక్తి 5. కుక్కలు, ఒంటెలు, అడవి కుక్కలు, నెమళ్లు. 6. చెట్లు, మొక్కలు, పుష్పాలు 7. వాటర్ జెగ్ లాంటి ఆకారంలో ఒక హస్తం 8. వర్గాకార కిరీటం



ధరించిన ఒక వ్యక్తి 9 చక్రాలున్న బండి 10. కొన్ని జ్యామితీయ చిహ్నాలు.

మొనతీరిన శిలతో చెక్కిన చిత్రాలు పర్యాటకులను గతచరిత్రవైపు తీసుకెళతాయి. విశాలమైన రెండు బండరాళ్లమధ్య చిమ్నీలాంటి రాతి గోడ ఉంది.

ఇడాకల్లు గుహలను నవీన శిలాయుగం నాటి ఆర్ట్ గ్యాలరీ అని పిలుస్తారు. ఇక్కడ అద్భుతమైన చిత్రకళను చూడవచ్చు. కానీ ఇవన్నీ నిర్లక్ష్యానికి గురవుతున్నాయి. పురాతత్వ విభాగంగానీ, స్థానిక పర్యాటక విభాగంగానీ వీటి గురించి పట్టించుకోవడం లేదు.

- రామకృష్ణ

కొచ్చి

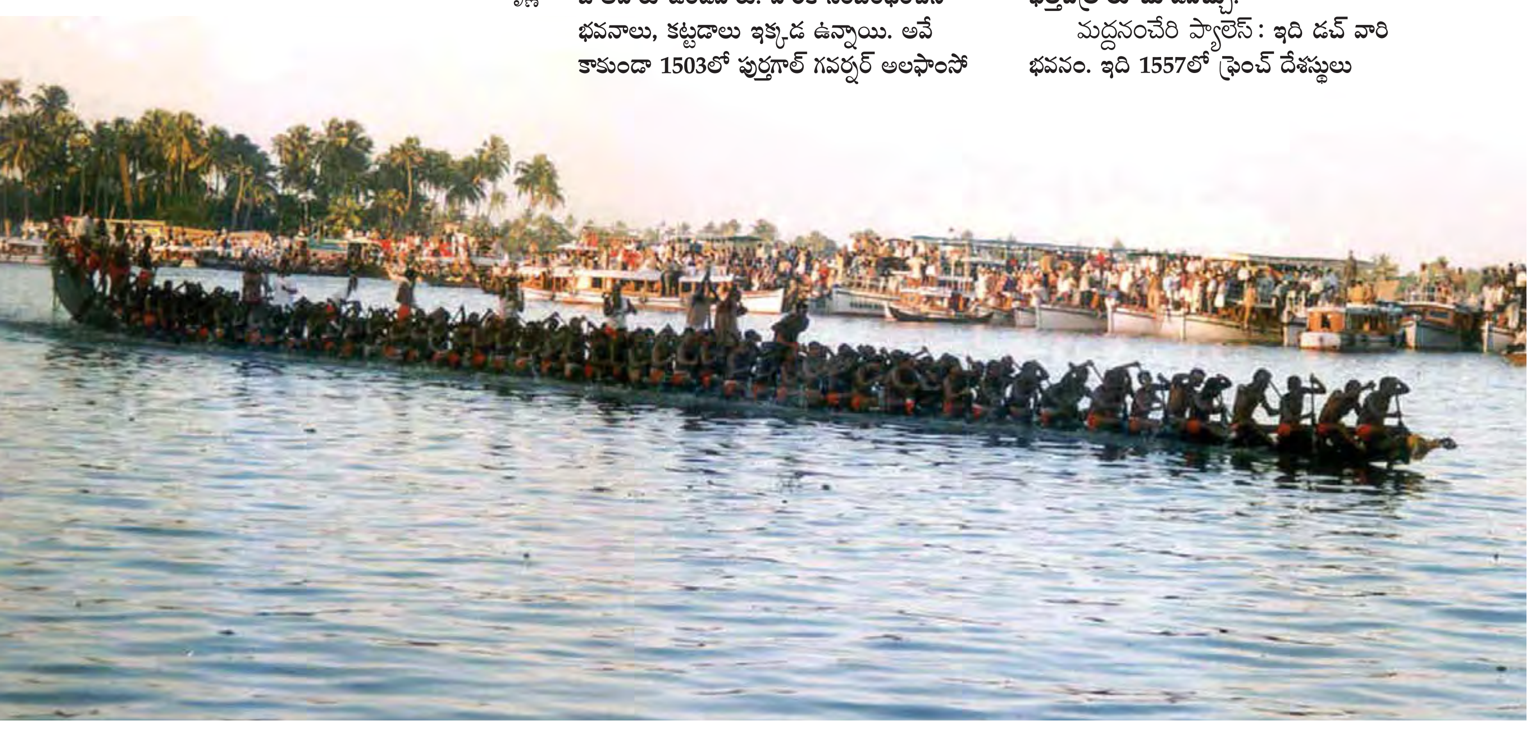
నేటికీ 'కొచ్చి'ని కొచ్చిన్ అని పిలుస్తుంటారు. ప్రకృతి అందించిన రమణీయ పరిసరాలు కొచ్చి నగరాభివృద్ధికి ఎంతో తోడ్పడుతున్నాయి. కేరళలో ఇది వ్యవసాయ ప్రధానమైన నగర కేంద్రం. రాజధాని కూడా. ఇక్కడ ఓడ రేవు ఉంది. విదేశీ వ్యాపారం ఉంది. పడవల్లో మిరియాలు, రబ్బరు, కొబ్బరి, జ్యూట్ రవాణా అవుతూ ఉంటుంది.

500 సంవత్సరాలక్రితం ఇక్కడ ఫ్రెంచ్ జాతివారు ఉండేవారు. వారికి సంబంధించిన భవనాలు, కట్టడాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. అవే కాకుండా 1503లో పుర్తగాల్ గవర్నర్ అలఫాంసో ద అల్‌బుకర్క్ అనే వ్యక్తి ఫ్రాన్సిస్ అనే చర్చిని నిర్మించాడు. ఈ చర్చిని చూడడానికి భారీ సంఖ్యలో యాత్రికులు వస్తుంటారు. దూర ప్రాంతాల నుండి వస్తుంటారు. అరబ్బులు, చైనీయులు, ఇంగ్లీషువారు, డచ్, ఫ్రెంచ్ దేశస్థులను ఈ నగరం ఆకర్షించింది. ఇక్కడ అన్ని సంస్కృతులు కలగలిసి కనిపిస్తాయి.

దర్శనీయ స్థలాలు

కొచ్చి మ్యూజియం : ఇందులో 19వ శతాబ్దపు నాణాలు, రాళ్లు, ప్లాస్టర్ ఆఫ్ పారిస్ లాంటివాటితో తీర్చిదిద్దిన కళాఖండాలు, భిత్తిచిత్రాలు చూడవచ్చు.

మద్దనంచేరి ప్యాలెస్ : ఇది డచ్ వారి భవనం. ఇది 1557లో ఫ్రెంచ్ దేశస్థులు





నిర్మించారు. దీన్ని వారు కొచ్చి మహారాజు వీర్‌కేరళ్ వర్మకు కానుకగా ఇచ్చారు. ఈ మహల్ గోడలపై పౌరాణిక కథల పాత్రలను ఎంతో బాగా తీర్చిదిద్దారు.

మానవ నిర్మిత విల్లింగ్టన్ ఐలెండ్: కొచ్చి ఓడరేవు కోసం త్రవ్వకాలు జరిగినప్పుడు మిగిలిన మట్టితో ఒక ఐలెండ్ నిర్మించారు. ఈ ద్వీపానికి నలువైపులా అందమైన సరస్సు ఏర్పాటుచేసారు. ఇది విల్లింగ్టన్ ఐలెండ్. ఇక్కడ హాయిగా బోటింగ్ చేయవచ్చు. కొచ్చిలోని సెయింట్ ఫ్రాన్సిస్ చర్చి భారతదేశంలోనే యూరోపియన్లు నిర్మించిన మొట్టమొదటి చర్చి. ఇది ఫ్రెంచ్ వాస్తుకళకు అద్భుతమైన నమూనా.

గుండూ ఐలెండ్: కొచ్చిలో ఉన్న ఒక చిన్ని ద్వీపం ఇది. ఇది ఐదు ఎకరాల్లో వ్యాపించి ఉంది. ఇక్కడ స్థానిక జాలర్లు చేతి రాట్నాలతో తయారుచేసిన జ్యూట్ ఫుట్‌మ్యాట్స్ లభిస్తాయి.

ఏం కొనాలి? : షాపింగ్ చేసేవారికి కావలసిన వస్తువులు ఎన్నో ఇక్కడ లభిస్తాయి. యాంటిక్, ఎథనిక్ వస్తువులు, చందనం చెక్కతో తయారైన అందమైన కళాఖండాలు, ఏనుగు దంతంతో తయారైన ఆభరణాలు, సుగంధిత అత్తర్లు ఇక్కడ లభిస్తాయి.

– శిఖ

మున్నార్

సముద్ర మట్టానికి **16**వేల మీటర్ల ఎత్తులో కొండపై వెలసిన పర్యాటక స్థలం ఇది. పర్యాటక కేంద్రంగా ఉన్న దీన్ని బ్రిటిష్ వారు 'సమ్మర్ రిసార్ట్'గా తీర్చిదిద్దారు. అందమైన తేయాకు తోటలు, వంకీలు తిరిగిన దారులు, ట్రెక్కింగ్‌లు, పర్యాటకులకు కావలసినంత మనోల్లాసాన్ని కలిగిస్తాయి. పర్యాటకులు ఎంతో ఇష్టపడే ప్రదేశం ఇది. దక్షిణ భారతదేశంలోనే అతి ఎత్తయిన పర్వత శిఖరం అనాముడి ఇక్కడే ఉంది. దీని ఎత్తు **2,695** మీటర్లు. ఆగష్టు నుండి మార్చి వరకు ఇక్కడ వాతావరణం బాగుంటుంది.



కుమార్ కోమ్

కేరళలో ఉన్న పర్యాటక కేంద్రాలలో అత్యంత అందమైన ప్రదేశం కుమార్ కోమ్. ఇది చిన్న చిన్న బీచ్‌ల సమూహంగా ఉంటుంది. మనోహర మైన ప్రకృతి సౌందర్యం ఇక్కడి ప్రత్యేకత. ప్రశాంత వాతవరణంతో కూడిన గ్రామం, పచ్చిక బయళ్ళు కలగలిసిపోయి టూరిస్టులకు ఒక ప్రత్యేకఅనుభూతిని కలిగిస్తాయి. అందమైన పచ్చని వృక్షసౌందర్యం, గొడుగుల్లా విస్తరించిన కొబ్బరిచెట్లు, పచ్చని పొలాలు, పడి లేచే కెరటాలు, లిల్లీపూల తాజా పరిమళాలు నిండిన ఈ కుమార్‌కోమ్‌బీచ్ చూసి తీరవలసిందే. కేరళలను చూడటానికి వచ్చినప్పుడు ఈ బీచ్‌తోపాటు 'వేంబనాడ్ లేక్'ను చూడటం మరిచిపోకండి. తాజాగా ఉండే బోటుప్రయాణం ఎంతో హాయిగా ఉంటుంది.

ఇక్కడ **14** ఎకరాలలో విస్తరించిన సరస్సులో పక్షుల కిలకిలారావాలు వినవచ్చు. ఈ పక్షులవిహారాన్ని బోటులో కూర్చుని వాటి సోయగాల్ని చూసి ఆనందించ వచ్చు. హౌస్ బోటింగ్, ఫిషింగ్ సౌకర్యం ఇక్కడ ఉంది. ●

సౌత్ ఇండియా

టూరిజం స్పెషల్

● మంజుల

బెంగళూరు

బెంగళూరు	
ప్రభుత్వం	- బి.జె.పి.
ముఖ్యమంత్రి	- బి.ఎస్.యడ్యూరప్ప
గవర్నర్	- రామ్‌శేఖర్ ఠాకూర్
విధానసభ సభ్యుల సంఖ్య	- 234
వాణిజ్యం	- ఐ.టి.

దక్షిణ భారతదేశంలో ఉన్న కర్ణాటక రాష్ట్ర రాజధాని బెంగళూరు. శీతల ప్రదేశంగా బ్రిటిష్ వారు ఎన్నుకున్న ప్రదేశం ఇది. పూర్వం ఇదొక చిన్న బస్తీగా ఉండేది. క్రమంగా ఎదుగుతూ ఇప్పుడొక మహానగరంలా విస్తరించింది. 16వ శతాబ్దంలో ఈ నగర నిర్మాణం ప్రారంభమైంది. ఈ నగరాన్ని భారతదేశపు 'సిలికాన్ వ్యాలీ'గా పిలుస్తారు. ఇక్కడ సాఫ్ట్‌వేర్ కంపెనీల ప్రధాన కార్యాలయాలు ఎన్నో ఉన్నాయి.

విజయనగర సేనాపతి కెంపెగౌడ ఈ నగరానికి పునాది వేసాడు. బెంగళూరు టిప్పుసుల్తాను, హైదర్ అలీలకు ఈ ప్రాంతం ఒక ముఖ్యమైన, అనువైన కేంద్రంగా అనిపించింది. ఇక్కడ ఎన్నో అందమైన ఉద్యానవనాలున్నాయి. కర్ణాటక రాష్ట్రానికి ఈ నగరం ప్రవేశద్వారమని చెబుతారు.







బెంగళూరు

విమాన మార్గం :

బెంగళూరు, ముంబై, ఢిల్లీ, కోల్‌కత, మధురై, చెన్నై, తిరువనంతపురం, కొచ్చి, హైదరాబాద్ నుండి విమాన సర్వీసులున్నాయి. బెంగళూరు ఎయిర్‌పోర్ట్ నగరం నుండి 60 కి.మీ. దూరంలో ఉంది.

రైలు మార్గం :

దేశంలోని అన్ని ప్రధాన కేంద్రాలకు బెంగళూరు నుండి రైలు మార్గముంది.

రోడ్డు ప్రయాణం :

అన్ని నగరాల నుండి, బెంగళూరు నుండి ఇతర ప్రధాన నగరాలకు బస్సు సర్వీసు సౌకర్యం ఉంది.

ఎక్కడ బస చేయాలి? :

5 స్టార్స్ హోటల్స్‌తోపాటు సాధారణ రెస్టారెంట్లు కూడా ఉన్నాయి.

ఫైవ్ స్టార్ హోటల్స్ :
గోల్డెన్ వాటర్స్ (ఫోన్ : 25595031), తాజ్ రెసిడెన్సీ (ఫోన్: 25584444), ది ఒబెరాయ్ (ఫోన్: 25585858), ది వెస్ట్ ఎండ్ హోటల్ (ఫోన్: 22255055).

టూ స్టార్ హోటల్స్ :
హోటల్ రామా (ఫోన్: 22273381-84), ది సెంట్రల్ పార్క్ (ఫోన్: 25584242), హోటల్ అభిషేక్ (ఫోన్: 22262713), హోటల్ యమునాశ్రీ (ఫోన్: 22225152), కామత్ యాత్రీ నివాస్ (ఫోన్: 22260088).

ఎస్‌టీడీ కోడ్ : 080



చూడదగిన ప్రదేశాలు

లాల్‌బాగ్: ఈ ఉద్యానవనాన్ని దాదాపు 250 సంవత్సరాలక్రితం హైదర్‌అలీ ఏర్పాటు చేసాడు. తర్వాత అతని కుమారుడు టిప్పుసుల్తాన్ దీన్ని సర్వాంగసుందరంగా రూపొందించాడు. 240 ఎకరాలలో విస్తరించిన ఈ ఉద్యానవనంలో ఎన్నో అరుదైన మొక్కలు, వృక్షాలు ఉన్నాయి. ఆసియాలో ఉన్న అతి పెద్ద ఉద్యానవనాల్లో ఇదొకటి. లాల్‌బాగ్‌లో లండన్ క్రిస్టల్ ప్యాలెస్‌కు సంబంధించిన ఒక గ్లాస్ హౌస్ ఇక్కడ నిర్మించారు. ప్రతి సంవత్సరం ఇక్కడ ఆగస్టు నెలలో 'ఫ్లవర్ షో' జరుగుతుంది. దీన్ని చూడడానికి వేల సంఖ్యలో పర్యాటకులు వస్తారు.

టిప్పు సుల్తాన్ కోట : 1791లో ఈ కోటను టిప్పు సుల్తాన్ నిర్మించాడు. ఇక్కడ ఒక మ్యూజియమ్ ఉంది. టిప్పు, హైదర్‌అలీ జీవితానికి సంబంధించిన కొన్ని వస్తువులు భద్రపరచి ఉన్నాయి. దీనికి దగ్గరే కెంపెగౌడ కోట ఉంది.

బనేర్ ఘట్టా నేషనల్ పార్క్ : బెంగళూరు నగరం నుండి 22 కి.మీ. దూరంలో ఉన్న ఒక ఆకర్షణీయమైన పార్క్ ఇది. 104 కి.మీ. వైశాల్యంలో విస్తరించిన ఈ ఉద్యానవనం ప్రకృతి అందాలతో సందర్శకులకు కనువిందు చేస్తుంది. ఇక్కడ పలు రకాల పక్షులు, జంతువులు ఉన్నాయి.

నంది హిల్స్ : ఇది బెంగళూరు నుండి 60 కి.మీ. దూరంలో ఉంది. ఇది ఒక అందమైన



పర్వతప్రాంతం. ఇది సముద్ర మట్టానికి 4850 అడుగుల ఎత్తులో ఉంది. టిప్పు సుల్తాన్ తరచుగా ఈ ప్రదేశానికి విహారం కోసం వచ్చేవాడని చెబుతారు. వెయ్యి సంవత్సరాల ప్రాచీన మందిరం కూడా ఇక్కడ ఉంది.

విధాన సౌధ : ఇందులో కర్ణాటక రాష్ట్ర విధాన సభ, అసెంబ్లీ హాలు, సెక్రటేరియట్‌లు ఉన్నాయి. 46 మీటర్ల ఎత్తులో గ్రానైట్ రాళ్లతో నిర్మితమైన ఈ భవనం ద్రావిడ శైలిలో కనిపిస్తుంది. దీని సింహ ద్వారాలను చందనం చెక్కతో తయారుచేసారు. దీనికి దగ్గరలో కర్ణాటక రాష్ట్ర సంగ్రహాలయం ఉంది. ఒక లైబ్రరీ కూడా ఉంది.

హైకోర్టు : గోథిక్ శైలిలో ఈ భవనాన్ని 1867లో నిర్మించారు. విధాన సభ వెనుకవైపు ఈ హైకోర్టు ఉంది.

ఉల్సూర్ సరోవరం : ఈ సరోవరం ఒకటిన్నర కి.మీ. వ్యాసార్థంలో వ్యాపించి ఉంది. సరోవరంలో నిండైన పచ్చికబయళ్లతో కూడిన ఐలెండ్ ప్రకృతి సౌందర్యాన్ని మౌనంగా చెబుతూ ఉంటుంది. ఇక్కడ నౌకావిహార సౌకర్యం ఉంది.

విశ్వేశ్వరయ్య సాంకేతిక సంగ్రహాలయం : ఈ మ్యూజియంలో ప్రపంచంలోని సాంకేతిక ప్రగతిని చూడవచ్చు. ఈ సైన్స్ మ్యూజియంలో రకరకాల ఆధునిక యంత్రాల నమూనాలను కూడా చూడవచ్చు.

బెంగళూరు ప్యాలెస్: 1887లో దాదాపు వంద ఎకరాలలో ఈ బెంగళూరు ప్యాలెస్‌ను నిర్మించారు. వడయార్ రాజులు దీనిని నిర్మించారు. ఇందులో ఉన్న వెయ్యికిపైగా చరిత్ర ప్రసిద్ధి గాంచిన చిత్రపటాలు, నమూనాలు యాత్రికులను ఆకర్షిస్తాయి. వీటి కోసం ఏర్పాటు



చేసిన ఒక పెద్ద గ్యాలరీ ఇక్కడ ఉంది.

షాపింగ్: బెంగళూరు పట్టు వస్త్రాలకు ప్రసిద్ధి చెందింది. చందనం, రోజ్ ఉడ్‌కి బెంగళూరు పేరు గాంచింది. ఇక్కడ అందమైన హస్త కళాకృతులు, బంగారు ఆభరణాలు లభిస్తాయి. - శిఖ

ఎలిఫెంటా క్యాంప్

శాంతమైన ఈ ప్రదేశం పిల్లలు ఆడుకోవడానికి, ఆనందించడానికి ఎంతో అనువైన స్థలం. నగర రణగొణ ధ్వనులకు ఇది దూరంగా ఉంటుంది. విదేశాల నుండి వచ్చిన చిన్న పిల్లలు ఈ స్థలంపై ఎంతో మక్కువ చూపిస్తారు. ఇది కుశల్ నగర్ మడికెరలో ఉంది. రిసార్ట్‌లో గదిని బుక్ చేసుకుని కుశాల్ నగర్ టాక్సీలో ఎలిఫెంటా చేరుకోవచ్చు. కావేరీ నది ఒడ్డున టాక్సీ దిగేసి పడవలో నదిని దాటాల్సి ఉంటుంది. ఆ తర్వాత అడవిలో ప్రవేశించాలి.

అక్కడే అసలు యాత్ర ప్రారంభం అవుతుంది. అడవిని చూస్తే చాలా భయం వేస్తుంది. ఇక్కడ పెద్ద సంఖ్యలో ఏనుగులు కనిపిస్తాయి. ఇవే కాకుండా దున్నలు, జింకలు, చిరుతపులులు, తోడేళ్లు కనిపిస్తాయి. ఇక్కడ చెక్కతో అందంగా నిర్మించిన విశ్రాంతి గదులు ఉన్నాయి. చెక్కతో తయారైన డైనింగ్ టేబిల్స్ కూడా దగ్గర్లోనే ఉంటాయి. నది ఒడ్డున కూర్చొని పారుతున్న నీటి ప్రవాహాన్ని చూస్తూ మీరు విందు ఆరగించవచ్చు. దట్టమైన అడివి. ఈ అడవి జీవితం అంతా మీకు ఎంతో సహజంగా, అందంగా కనిపిస్తుంది. భోజనం చేసిన తర్వాత రాఫ్టింగ్ చేసి ఆనందించవచ్చు. ఒక రాఫ్ట్‌లో నలుగురు కూర్చోవచ్చు. నలువైపులా పచ్చగా కనిపించే మొక్కలు, వృక్షాలు, నదీజలాలు సందర్శకుల మనసుల్లో గిలిగింతలు పెడతాయి.

ఉదయాన అడవిలో ఎగిరే పక్షుల్ని దర్శించవచ్చు. తర్వాత ట్రాకింగ్ చేయవచ్చు. ఇక్కడ ఏనుగులకు శిక్షణ ఇచ్చి, దసరా పండుగ లాంటి సందర్భాలలో ప్రదర్శించేందుకు సిద్ధం చేస్తారు.

కావాలంటే మీరు బక్కెట్లలో నీరు నింపి ఏనుగులకు స్నానం చేయించవచ్చు. అడవిలో అక్కడక్కడా ఊగే ఉయ్యాలలు ఉంటాయి. గది బయట వీటితో ఆడుకుంటూ గడపవచ్చు.

తర్వాత లంచ్ అయ్యాక విశ్రాంతి తీసుకోవచ్చు. కొన్ని ఏనుగులను ప్రదర్శన కోసం ఉంచుతారు. మరికొన్నిటిని చెక్కలు, మొద్దులను ఎత్తుకుని తీసుకెళ్లటానికి ఉపయోగిస్తారు. కొందరు పర్యాటకులు వీటిపై కూర్చొని ఊరేగుతూ ఉంటారు.

సాయంకాలం కాగానే అడవికి 'టాటా' 'బైబై' చెప్పి అందరూ మళ్లీ నగర కోలాహలంలోకి ప్రవేశిస్తారు. అడవిలో విశ్రాంతి కొంత ఖర్చుతో కూడుకున్న పనే.

రూట్ : బెంగళూరు నుండి కుశల్‌నగర్ చేరుకోటానికి 20 కి.మీ. ప్రయాణించాలి. ●

జైన్ టాడ్లర్స్ ఒక ఇంటర్‌నేషనల్ ప్లే స్కూల్

జైన్ టాడ్లర్స్ ఒక ఇంటర్నేషనల్ ప్లే స్కూల్. ఇది జైన్ గ్రూప్ ఆఫ్ ఇన్‌స్టిట్యూషన్స్ నిర్వహిస్తోంది. ఇక్కడ అనుభవజ్ఞులైన, ఆసక్తి కలిగిన, ఉత్సాహవంతులైన ఇంటర్నేషనల్ ఇన్‌స్ట్రక్టర్‌లతో క్లాసులు నిర్వహిస్తున్నారు. క్లాస్‌రూం మేనేజ్‌మెంట్, సైంటిఫిక్ అప్రోచ్, ప్లానింగ్, పీడియాట్రిక్ ఫస్ట్ ఎయిడ్, ఎమర్జెన్సీ మేనేజ్‌మెంట్, స్పెషల్ కేర్, చైల్డ్ డెవలప్‌మెంట్లో తర్ఫీదు పొందిన టీమ్ ఈ స్కూలులో ఉంది.

2008లో ప్రారంభమై భారతదేశంలో నర్సరీ, హైస్కూల్, చైల్డ్‌కేర్ ప్రొవైడర్లలో అగ్రగామిగా నిలుస్తోంది. అహ్లాదకరమైన వాతావరణంలో మంచి కరికులమ్, వనరులు, ఫాకల్టీలతో ఇంటర్నేషనల్ అఫిలియేషన్‌లో ప్రథమ స్థానంలో నిలుస్తోంది. బాలల విషయంలో అమిత అంకిత భావంతో పనిచేస్తూ మంచి టాడ్లర్స్ కరికులమ్‌తో ప్రతి పిల్లవాడి ఆల్ రౌండ్ డెవలప్‌మెంటుకు కృషి చేస్తోంది.



జైన్ టాడ్లర్ - శ్రద్ధ తీసుకునే అంశాలు

ఇందులో పనిచేస్తున్న ఫాకల్టీ చైల్డ్ హుడ్ ఎడ్యుకేషనలిస్టులు. ప్రైమరీ ఎర్లీ చైల్డ్ హుడ్ కోర్సును చదివిన వారినే ఇక్కడ టీచర్లుగా తీసుకున్నారు.

ఇంటర్నేషనల్ స్టాండర్డ్స్ టీచర్లు పరిమిత పిల్లల రేషియో ఇక్కడ కనిపిస్తుంది. తరగతిగదిలో ప్రతి ఒక్క పిల్లవాడిపై వ్యక్తిగత శ్రద్ధ చూపి వారి ఎదుగుదలకు తోడ్పడుతారు. టాడ్లర్ అందించే ఇంటర్నేషనల్ కరికులమ్‌లో అడాప్ట్ చేయబడ్డ ఇండియన్ కాంటెక్స్ట్ అండ్ ఫెసిలిటీస్‌లో ప్రతి పిల్లవాడి లెర్నింగ్ కర్వ్ ఆశించిన స్థాయిల్లో ఖచ్చితంగా మెయిన్‌టెయిన్ చేస్తారు.

ఆరు నెలల నుండి 6 సంవత్సరాల వయసు పిల్లలను ఇక్కడ చేర్పించవచ్చు. ఇంటర్నేషనల్ స్థాయిలో ప్రోగ్రాములు, లెర్నింగ్ ఎన్విరాన్‌మెంటులు ఉంటాయి. ఉద్యోగస్తులైన పేరెంట్స్‌కి సహకారాన్ని అందిస్తూ అనుకూలంగా ఫ్లెక్సిబుల్ టైమింగ్స్ కూడా ఇక్కడ ఉంది. హాలిడే కాంప్స్, వర్క్‌షాప్స్ నిర్వహిస్తారు. ఫాకల్టీకి ఎప్పటికప్పుడు ట్రెనింగ్ ప్రోగ్రాంలు ఉంటాయి. అసెస్‌మెంట్ స్ట్రాటజీస్, క్లాస్‌రూం మేనేజ్‌మెంట్, టెక్నాలజీల్లో ఎప్పటికప్పుడు ఇంటర్నేషనల్ ఇన్‌స్ట్రక్టర్స్‌తో ట్రెనింగ్ ఇప్పిస్తుంటారు. ఓపెన్-డోర్ పాలసీతో ఇల్లు-స్కూల్ మధ్య బలమైన సంబంధాలు ఏర్పరుస్తారు.

అందించే అంశాలు :

పిల్లవాడి పౌష్టికతకు సరిపోయే విధంగా ఆరోగ్య వంతమైన హోమ్- కుక్డ్ ఆహారం లభిస్తుంది. కృత్రిమ కలరింగ్, ఫ్లేవరింగ్, ప్రిజర్వేటివ్ ఆహారపదార్థాలు పిల్లలకు ఇవ్వరు. నూనె దినుసులు, కోడిగుడ్లు తినిపించరు. కేవలం తాజా, ఆర్గానిక్ ఇగ్రేడియెంట్స్‌నే వాడతారు. పీడియాట్రీ ఫస్ట్‌ఎయిడ్, ఎమర్జెన్సీ మేనేజ్‌మెంట్ ప్రొఫెషనల్ డెవలప్‌మెంట్ కరికులమ్ అమలుపరుస్తారు.

లెర్నింగ్ ఎన్విరాన్‌మెంట్

ఇంటర్నల్, ఎక్స్‌టర్నల్ ఏరియాల్లో తగిన ప్రపోర్షన్‌లో తగిన ఎక్విప్‌మెంటును పిల్లల సంఖ్యకు తగిన విధంగా ఏర్పాటుచేసారు. లెర్నింగ్ సైన్స్ ఆధారంగా ప్రోగ్రాంలు తయారుచేసారు. వయసుకు తగ్గ బిహేవియర్ పాలసీలతో క్రమశిక్షణ, సెల్ఫ్‌కంట్రోల్, తమపట్ల, ఇతరులపట్ల, పర్యావరణంపట్ల గౌరవభావాన్ని నేర్పుతారు. వయసుకు తగిన స్ట్రాటజీలను అనుసరిస్తారు.

చిన్నారులకు అన్ని విధాల క్రమశిక్షణను నేర్పుతూ టాయిలెట్ ట్రెనింగ్‌ను కూడా ఇస్తారు. అవసరమైన వాళ్లకి ట్రైన్డ్ చైల్డ్ ఆయాలు ఎప్పుడూ అందుబాటులో ఉంటారు.

ఆరోగ్యవంతమైన సమతుల ఆహారాన్ని అందిస్తూ పరిశుభ్రమైన మినరల్ వాటర్‌తో మిడ్ మార్నింగ్, మిడ్ ఆఫ్టర్‌నూన్‌ల్లో తాజా కూరగాయలు, పళ్లతో తయారైన స్నాక్స్‌ను అందిస్తారు.

ఏలీ విజన్

భాషా పరిజ్ఞానంతో ఏ పరిస్థితినైనా ఎదుర్కొనగలిగే ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పిల్లల్లో కలగజేస్తారు. సృజనాత్మకతను పెంపొందిస్తారు.

పబ్లిక్, ప్రైవేట్ స్కూళ్ల కంటే పూర్తి భిన్నంగా ఉంటూ ట్రెడిషనల్ సబ్జెక్టులను అందిస్తూ పిల్లలో ఆలోచనా ధోరణి పెంచుతారు. అంతేకాకుండా పిల్లల మనసులకు చేరువయ్యే విధంగా వీరి శిక్షణ ఉంటుంది. ●



బ్యూటీ పార్లర్ ఒక బ్యూటీ వరల్డ్

● యోగేష్

బహుముఖాలుగా విస్తరించిన బ్యూటీ రంగం, అభివృద్ధిని గమనించిన చాలామంది ఈ వృత్తిని స్వీకరించడానికి ముందుకు వస్తున్నారు. కానీ ఈ వృత్తిలో స్థిరపడాలనుకునే వారికి తగినంత శిక్షణ, ఓపిక ఎంతో అవసరం

ఆడ వారిని ప్రకృతితో పోలుస్తారు. అలాంటి అందమైన ఆడవారి సౌందర్యానికి మరిన్ని వన్నెలు దిద్దేది బ్యూటీపార్లర్. మరి అలాంటి ప్రదేశం ఏర్పాటుచేసుకోవడంలో ఎంతో మెళకువ అవసరం. కొన్నేళ్లక్రితం వరకు బ్యూటీపార్లర్ అన్న పదం మహిళలకు మాత్రమే సంబంధించిందిగా అనుకునేవారు.

కానీ ఇప్పుడు ఆడ, మగ తేడా లేకుండా ఎంతోమందికి ఉపాధి కల్పిస్తోంది. ఇది ఒక గౌరవప్రదమైన పనిగా మారి ఎంతోమంది ఔత్సాహికుల నుండి పెట్టుబడులను ఆకర్షిస్తూ ఒక పరిశ్రమగా వర్ధిల్లుతోంది.

ఈ రంగానికి ఇంత ప్రాధాన్యత రావడానికి ఎన్నో కారణాలు ఉన్నాయి. గతంలో బ్యూటీపార్లర్ అనేది కేవలం ధనికవర్గం కోసమే అన్న భావన ఉండేది. కానీ, ఇప్పుడు ఆ అభిప్రాయం నుండి మహిళలు నెమ్మదిగా బయటికి వస్తున్నారు. ఇంట్లో సాదాసీదాగా ఉండే గృహిణి మొదలు బహుళ జాతి కంపెనీల ఉద్యోగినుల వరకూ అందరూ బ్యూటీపార్లర్ల బాట పడుతున్నారు.

పెళ్ళిళ్లు, పార్టీలు, మరేదైనా శుభకార్యమైనాసరే మహిళలు తమ అందాలకు మెరుగులు పెట్టేందుకు పార్లర్లవైపు పరుగు తీస్తున్నారు. పైగా ఉద్యోగం చేసే మహిళల సంఖ్య పెరుగుతుండటంతో అలాగే వారికి ఇంట్లో మేకప్ చేసుకోవడానికి సమయం దొరక్కపోవటంతో బ్యూటీపార్లర్లకి వెళ్లేవారి సంఖ్య రోజురోజుకి పెరిగిపోతోంది. దాంతో ఈ రంగం 'మూడు పువ్వులు ఆరు కాయలు'గా విలసిల్లుతోంది.

యువతులతోపాటు ఎంతోమంది యువకులు తమ అందాలను మెరుగు పరచుకోవడంవైపు మొగ్గు చూపుతున్నారు. కేవలం మహిళామణులే కాదు మగమహారాజులు కూడా ఈ రంగాన్ని ఏలుతున్నారు.

ఒక మంచి బ్యూటీషియన్ అంటే ఒక మహిళే కాదు, ఒక పురుషుడు కూడా అనగలిగే స్థాయిలో వారు తమ పనితనాన్ని నిరూపించుకుంటున్నారు. 'న్యూ డ్రీమ్ రాజస్థాన్





బ్యూటీ పార్లర్ నిర్వాహకులు జె.ఎన్ భాటీ కేవలం మహిళలకే కాదు ఎంతోమంది పురుషులకూ సేవలు అందించి 'లిమ్కా బుక్ ఆఫ్ రికార్డ్స్'లో తమ పేరును నమోదు చేయించుకున్నారు. ఏ సమయంలో అక్కడికి వెళ్ళినా మహిళలతో పాటు ఎంతోమంది పురుషులు అక్కడ బారులు తీరి కనబడతారు. అంచెలంచెలుగా ఎదుగుతున్న ఈ వృత్తిలోకి రావాలని ఎంతోమంది ఉవ్విళ్లూరుతున్నారు.

అయితే ఈ రంగంలోకి అడుగుపెట్టే ముందు అనుభవజ్ఞులైన వారి దగ్గర శిక్షణ తీసుకోవడం ఎంతో అవసరం.

ఇరవై ఏళ్ళ సుదీర్ఘమైన అనుభవం సంపాదించిన భాటీ మాట్లాడుతూ 'కొత్తలో మహిళలు నా దగ్గర కటింగ్, మేకప్ చేయించుకోటానికి మొహమాట పడేవారు. నా పార్లర్‌కి పురుషులు కూడా వస్తారని వారు జంకేవారు. కానీ, రాను రాను వారికి ఇక్కడ ఉన్న సౌకర్యాలు, మా పని తీరు నచ్చి ఇప్పుడు ఎంతోమంది ఆడవారు నాతోనే మేకప్ చేయించుకోవాలనుకునేంతగా పరిస్థితి మారి పోయింది'

'ఏ ఫ్యాషనైనా, ట్రెండ్ అయినాసరే ఎప్పుడూ నిలకడగా ఉండదు. కాబట్టి మేము ప్రతి 10-15 రోజులకు మమ్మల్ని అప్‌డేట్ చేసుకుంటూ, కొత్త కొత్త స్టైల్స్‌ని అందించడానికి మేం ప్రయత్నిస్తుంటాం. ఇదే మా ప్రత్యేకత' అని చెప్పింది.

ఒక మంచి బ్యూటీషియన్

మీరు మేకప్ కోసమో, కటింగ్ కోసమో ఒక పార్లర్‌లో అడుగు పెట్టినప్పుడు అది పెద్దగా ఉందా? చిన్నగా ఉందా? అనే అంశాలనే కాదు అక్కడి సౌకర్యాలు ఎలా ఉన్నాయి? అక్కడి ప్రత్యేకతలు ఏమిటి? లాంటి మరికొన్ని విషయాలను దృష్టిలో పెట్టుకోవాలి. వీటిని గమనించండి.

- మీరు సంప్రదిస్తున్న బ్యూటీషియన్‌కి కాస్మటిక్స్, చర్మం, వెంట్రుకల తీరుతెన్నుల గురించి మంచి అవగాహన ఉందా? లేదా? తన వద్దకి వస్తున్న కస్టమర్ల చర్మ స్వభావాన్ని, వెంట్రుకల స్వభావాన్ని తెలుసుకునే పరిజ్ఞానం ఉందా? వారి చర్మం, వెంట్రుకల తీరు తెన్నులకు అనుగుణంగానే వారు కాస్మటిక్ ఉత్పత్తులు, యాక్ససరీస్ వాడుతున్నారా? లేదా?
- బ్యూటీ పార్లర్ వాతావరణం ఎలా ఉంది? అక్కడ పనిచేసే వారి ప్రవర్తన, వ్యవహార శైలి ఎలా ఉంది? కస్టమర్ల అభిరుచికి వారు ఎలాంటి ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారు?
- పార్లర్లో పరిశుభ్రతా ప్రమాణాలు ఎంతవరకు ఉన్నాయి? ఫేషియల్, వ్యాక్సింగ్, మేకప్, కటింగ్ చేసిన తర్వాత ఒకరికి వాడిన బెడ్‌షీట్, టవల్, గౌన్లను శుభ్రపరుస్తున్నారా? లేదా అవే దుస్తులు మళ్ళీ మళ్ళీ వాడుతున్నారా?
- బ్యూటీ పార్లర్‌లో ఉపయోగించే దువ్వెన, స్క్రబ్బర్, బ్రష్, వ్యాక్సింగ్‌కి ఉపయోగించే పట్టీలు ఎప్పటికప్పుడు డెటాల్ లాంటి యాంటీసెప్టిక్‌తో శుభ్రపరుస్తున్నారా లేదా? పార్లర్‌లో ఉపయోగిస్తున్న వస్తువులన్నింటినీ పరిశుభ్రంగా ఉంచకపోతే ఇన్‌ఫెక్షన్ ఏర్పడే ప్రమాదం ఉంటుంది.
- మీ చర్మం, వెంట్రుకల కోసం వాడుతున్న ఉత్పత్తులు నాణ్యమైనవా కాదా? మీరడిగిన వెంటనే ఆయా ఉత్పత్తులకు సంబంధించిన సమాచారాన్ని మీకు వారు అందిస్తున్నారా? ఆ సమాచారం మీకు సంతృప్తికరంగా అనిపిస్తోందా? అలా కాకపోతే అవి నాసిరకం ఉత్పత్తులని అనుమానించాల్సిందే. లేకపోతే అవి మీ చర్మంపై దుష్ప్రభావాన్ని చూపుతాయి. వెంట్రుకలు రాలే ప్రమాదం లేకపోలేదు.
- పార్లర్లో సిబ్బంది మీతో ప్రవర్తిస్తున్న తీరును పరిగణనలోకి తీసుకోవాలి. దురుసుగా ప్రవర్తించడం, అమర్యాదగా మాట్లాడడం లాంటివి చేస్తున్నారా?

ఒక మంచి బ్యూటీషియన్‌కి ఉండాల్సిన మరో ముఖ్య లక్షణం మంచి వ్యక్తిత్వం. మాటల్లో మృదుత్వం, సున్నిత స్వభావం, చక్కటి కల్పనా శక్తి, ఇతరుల అభిరుచులను గౌరవించడం, చలాకీగా అందరిలో ఉల్లాసాన్ని నింపే విధంగా మంచి సెన్సాఫ్ హ్యూమర్ కలిగి ఉండటం ఎంతో అవసరం.

మీ సొంత బ్యూటీపార్లర్ గురించి ఆలోచిస్తున్నారా?

ఇతరుల అందాలకు మెరుగులు దిద్దటం ఒక కళ. ఈ కళ ఒక వృత్తిగా మారిన ప్రస్తుత సమయంలో ఎంతోమంది యువకులు ఈ రంగంలో స్థిరపడి తమ ప్రతిభాపాటవాలను ప్రదర్శిస్తున్నారు. దాంతో చక్కటి సంపాదనకు వనరుగా ఈ రంగాన్ని నిలబెడుతున్నారు. బ్యూటీపార్లర్స్ ప్రస్తుతం నగరాల్లో, పట్టణాల్లోనే కాదు చిన్న చిన్న గ్రామాల్లోసైతం దర్శనమిస్తున్నాయి.

బ్యూటీ థెరపీ, హెయిర్ డ్రెస్సింగ్, బ్యూటీ కన్సల్టెన్సీ, ఫిట్‌నెస్ ఎక్సర్‌సైజ్, బ్యూటీ అండ్ హెల్త్ కేర్ లాంటి ఎన్నో శాఖలుగా ఈ రంగం విస్తరించింది. ముఖం, చర్మం, గోళ్ళు, ఫేషియల్, మేకప్, వ్యాక్సింగ్, కటింగ్ లాంటివి బ్యూటీ థెరపీలోని అంశాలు. పర్మింగ్, హెన్నా, డయ్యింగ్, హెయిర్ కలరింగ్, హెయిర్ స్టయిలింగ్ తదితర అంశాలు హెయిర్ డ్రెస్సింగ్‌కి సంబంధించినవి.

సౌందర్యానికి సంబంధించి మంచి టిప్స్, సలహాలు అందించే వారికి ప్రస్తుతం మార్కెట్‌లో మంచి డిమాండ్ ఉంది. కాస్మటిక్ ఉత్పత్తులు, వాటి అమ్మకాలు, ప్రచారం, మేకప్, చర్మ సమస్యలపై అవగాహన ఉన్న వారిని పెద్ద పెద్ద కంపెనీలు సౌందర్య సలహాదారులుగా నియమించుకుంటున్నాయి.

కాస్మటిక్స్, మేకప్‌పై అవగాహన ఉండి అనుభవమున్న వారికి పెద్ద హోటల్స్, న్యూస్ చానెల్స్, డ్రామా కంపెనీలు ఇలా పలు సంస్థల్లో ఉద్యోగావకాశాలు లభిస్తున్నాయి. బ్యూటీషియన్‌గా శిక్షణ తీసుకున్నవారు కేవలం ఉద్యోగమే కాదు సొంతంగా సెలూన్, పార్లర్, కాస్మటిక్ షాప్, హెల్త్ క్లబ్ లాంటివి ఏర్పాటుచేసుకోవచ్చు. ఫ్యాషన్ ప్రపంచం కొత్త పుంతలు తొక్కుతున్న ఈ

అనుభవజ్ఞుల సలహాలు

హైదరాబాద్ నగరంలో 'సురభి బ్యూటీ కేర్' నడుపుతున్న లక్ష్మి మాట్లాడుతూ 'మీ పనితనాన్ని నిరూపించుకుని కస్టమర్ల నమ్మకాన్ని పొందగలిగితే ఈ రంగంలో డబ్బుకి కొరత లేదు. ఒక్కసారి మీ పేరు, మీ పార్లర్ పేరు ప్రజల నోట్లో నానితే ఇక మీకు ఆకాశమే హద్దు. డబ్బు ఎక్కువైనా పనిలో నాణ్యత ఉండి, మంచి ప్రోడక్ట్స్ వాడితే మీకు మంచి పేరు వస్తుంది'

'బ్యూటీ పార్లర్, సెలూన్ పెట్టడానికి ముందు దానికి తగిన అనుభవం సంపాదించడం ఎంతో ముఖ్యం' అని చెప్పారు.

'రెజీనా బ్యూటీపార్లర్' నిర్వహిస్తున్న రచన మాట్లాడుతూ 'మేకప్ చేసే ముందు కస్టమర్ల చర్మ స్వభావాన్ని గ్రహించాలి. వారికి ఎలాంటి ప్రోడక్టు సరిపోతుంది? ఏ రకమైన హెయిర్ స్టయిల్ సూట్ అవుతుంది? ఎవరికి ఫేషియల్ చేయాలి? ఎవరికి స్కిన్ ట్రీట్‌మెంట్ ఇవ్వాలి లాంటి అంశాలు కస్టమర్‌ని చూడగానే గుర్తించగలగాలి. ఈ నైపుణ్యం ఎంతో అనుభవం ఉంటేగాని రాదు' అని చెప్పారు.

ఢిల్లీలో 'సౌందర్య బ్యూటీ అండ్ మేకప్ స్టూడియో' నిర్వహిస్తున్న సంగీతా జైన్ మాట్లాడుతూ 'పెద్ద ఎత్తున ఈ వ్యాపారాన్ని ప్రారంభించాలనుకునేవారు ముందుగా ఒక మంచి ట్రెయినింగ్ ఇన్‌స్టిట్యూట్‌లో శిక్షణ పొందాలి. ఎంతమంది క్లయింట్స్ వస్తారు? ఏ సమయాల్లో వస్తారు? పార్లర్‌కి స్పేస్ ఎంత కావాలి? ఇంటీరియర్ డెకొరేషన్ ఎలా ఉండాలి లాంటి మౌలిక అంశాలను దృష్టిలో పెట్టుకోవాలి'



సంగీతా జైన్

'కటింగ్, ఫేషియల్, బాడీ ట్రీట్‌మెంట్ లాంటి పనుల కోసం తగిన స్థలం పార్లర్‌లో ఏర్పాటు చేయాలి. పార్లర్‌లో వెలుతురు, గాలితోపాటు నీరు సమృద్ధిగా ఉండేలా చూసుకోవాలి'

'బ్యూటీషియన్స్‌కి సంబంధించి ఎక్కడ ఎలాంటి సెమినార్స్, ఎగ్జిబిషన్స్, వర్క్‌షాప్స్ జరిగినా తప్పకుండా హాజరుకండి'

'క్లయింట్స్ ఎంత కోపంలో ఉన్నాసరే వారితో స్థిమితంగా మాట్లాడే ఓర్పు, నేర్పు ఉండాలి. కాస్మటిక్స్ గురించి చక్కటి అవగాహన ఉన్నవారిని సిబ్బందిగా నియమించుకోండి'అని వివరించారు.

బ్యూటీ ఎక్స్‌పర్ట్ మంజు రావత్ మాట్లాడుతూ 'ప్రస్తుతం క్లయింట్స్‌కి బ్యూటీ ప్రోడక్ట్స్‌పై, ఫ్యాషన్ ట్రెండ్స్‌పై మంచి అవగాహన ఉంది. కాబట్టి అలాంటి వారిని డీల్ చేయడం అంత ఆషామాషీ వ్యవహారం కాదు. 2 నుంచి 4 నెలల అనుభవంతో ఇలాంటి క్లయింట్స్‌ని డీల్ చేయగలం అనుకోవడం పొరపాటే అవుతుంది'



మంజు రావత్

'ఇలాంటి క్లయింట్స్‌ని ఆకట్టుకోవడానికి బ్యూటీ పార్లర్‌కి సంబంధించిన అన్ని అంశాల్లో అనుభవం గడించాల్సి ఉంటుంది. బ్యూటీపార్లర్‌నే ఫుల్ టైం కెరీర్ ఆప్షన్‌గా మలుచుకోవాల్సి ఉంటుంది'

'మీ పార్లర్‌లో ఖచ్చితంగా ఒక బ్యూటీ కౌన్సిలర్‌ని నియమించుకోవాలి. అప్పుడు మీ క్లయింట్‌కి సంబంధించిన అన్ని విషయాలను పరిగణనలోకి తీసుకుని వారికి ట్రీట్‌మెంట్ ఇవ్వడం ఎంతో సులభమవుతుంది'

'పెడిక్యూర్, మేనిక్యూర్, ఫేషియల్ లాంటివి చేసేటప్పుడు చేతికి గ్లోవ్స్, ముఖానికి మాస్క్ తప్పకుండా ధరించాలి. ఎవరైనా క్లయింట్‌కి ఏదైనా స్కిన్ డిసీజ్ గానీ, స్కిన్ ఎలర్జీగానీ ఉంటే మనకేంటి అని కాస్మటిక్స్‌ని ఉపయోగించకూడదు'

'వారికున్న సమస్యలను గుర్తించి సరైన స్కిన్ స్పెషలిస్ట్‌ని సంప్రదించమని వారికి చెప్పాలి. లేదా వారికి ఫంగల్ ఇన్‌ఫెక్షన్‌తో పరిస్థితి విషమించే ప్రమాదం ఉంటుంది'

'మీ సిబ్బందిని క్లయింట్స్ ఇంటికి పంపించి వారికి ట్రీట్‌మెంట్‌గానీ, మేకప్‌గానీ చేయకూడదు. వారినే పార్లర్‌కి రమ్మని చెప్పాలి'

అన్ని వసతులు, ఉపకరణాలు అందుబాటులో ఉంటాయి. కాబట్టి పని తొందరగా, సులువుగా పూర్తి చేయవచ్చు. క్లయింట్స్ ఆర్థిక స్థోమత పరిగణనలోకి తీసుకోవాలి.

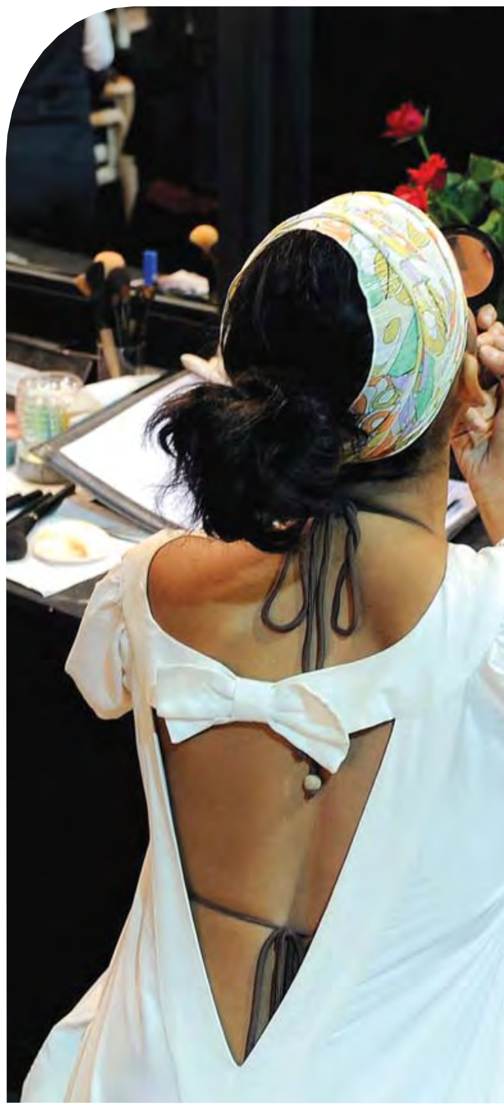
అన్ని వర్గాలకు అందుబాటులో ఉండే విధంగా బ్యూటీ ప్యాకేజీని తయారుచేసి అందించాలి'

తరుణంలో మోడల్స్‌కి, సినీతారలకు, టీవీ సీరియల్స్‌లో పనిచేస్తున్న వారికి మేకప్ మెన్‌లుగా, బ్యూటీషియన్లుగా పనిచేయవచ్చు.

ఈ రంగంలో చదువుతో, వయసుతో నిమిత్తం లేదు. మీరు ఉన్నత చదువులు అభ్యసించవలసిన అవసరం లేదు. ప్రస్తుతం ఫ్యాషన్ ట్రెండ్‌పై అవగాహన ఉంటే చాలు పదో తరగతి లేదా ఇంటర్మీడియట్ చదివి ఒక మంచి ఇన్‌స్టిట్యూట్‌లో ఆరు నెలలు లేదా ఏడాది కోర్సు చేసిన అనుభవంతో, కొద్ది పెట్టుబడితో బ్యూటీషియన్‌గా సంపాదన మొదలుపెట్టవచ్చు. ప్రాంతీయ భాషపై పట్టు ఉండి చక్కగా మాట్లాడగలిగితే ఇక చెప్పేదేమీ లేదు. వీటన్నింటికీ మించి అదనంగా మీ రూపం ఆకర్షణీయంగా ఉంటే ఇక మీ రొట్టె విరిగి నేతిలో పడ్డట్టే.

శిక్షణ అవసరం

బ్యూటీ పార్లర్ కోసం మీరు విడిగా స్థలం

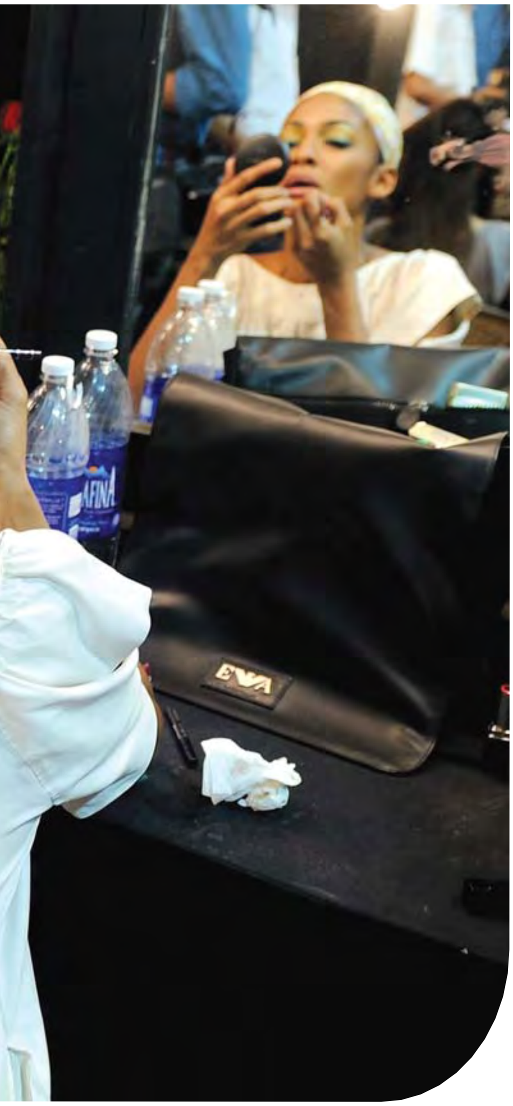


కోసం ఎలాంటి శ్రమ పడాల్సిన అవసరం లేదు. ప్రారంభంలో మీ ఇంట్లోని ముందు గదిలో బ్యూటీ పార్లర్‌కి కావలసిన సామాగ్రిని ఏర్పాటు చేసుకోవచ్చు. మీ వ్యక్తిత్వానికి కొన్ని మెరుగులు దిద్దారనుకోండి. అప్పుడు మీ పార్లర్‌కి వచ్చేవారికి మీపై అభిమానం పెరుగుతుంది. రాను రాను సౌకర్యాలన్నీ పెంచుకుంటూ పోతే, అతికొద్ది కాలంలోనే మీరు ఆశించిన ఫలితాలను పొందవచ్చు.

వీటన్నింటి కంటే ముఖ్యమైనది శిక్షణ, అనుభవం. దీని కోసం మీరు ఏదైనా ఒక బ్యూటీపార్లర్లో కొన్ని రోజులు చేరి పని నేర్చుకోవటమో లేదా మంచి శిక్షణా కేంద్రంలో శిక్షణ తీసుకోవడమో చేయాలి. నగరాల్లో, పట్టణాల్లో ఈ రంగానికి సంబంధించి శిక్షణ ఇచ్చే ప్రభుత్వ, ప్రైవేటు సంస్థలు ఎన్నో ఉన్నాయి. పార్లర్ పెట్టాలనుకున్నదే తడవు ఆ వైపు ప్రయత్నాలు మొదలు పెట్టకుండా ముందు దానికి కావలసిన శిక్షణను తప్పకుండా పొందాలి.

బ్యూటీ పార్లర్‌లో ఎలా మెలగాలి?

- మీరు పార్లర్‌కి వెళ్లినప్పుడు కొన్ని పద్ధతులు పాటించడం అవసరం. అక్కడ పనిచేస్తున్న సిబ్బందితోగానీ, ఇతర కస్టమర్లతోగానీ అసహనం ప్రదర్శించి దురుసుగా ప్రవర్తించకండి.
- బ్యూటీపార్లర్ పనివేళలలోనే వారిని సంప్రదించండి. సమయం దాటిపోయిన తర్వాత వెళ్లి, 'అర్జంటనీ' 'ఎమర్జెన్సీ' అనీ వారిపై ఒత్తిడి పెంచకండి.
- మీరు వెళ్లే పార్లర్లో కస్టమర్లు ఎక్కువగా ఉండి వేచి ఉండాల్సివస్తే సంయమనం పాటించండి. మ్యాగజైన్ చదువుతూనో, సంగీతం వింటూనో గడపండి. లేదా ముందే అపాయింట్‌మెంట్ తీసుకుని సరైన సమయానికి వెళ్తే మీ సమయం వృధా కాదు.
- ఒకవేళ వేచి ఉండాల్సివస్తే పార్లర్‌లో కలియ తిరుగుతూ వారి ఉపకరణాలను, వారి ఉత్పత్తులను ముట్టుకుని అదేంటని, ఇదేంటని అడుగుతూ వారిని పనిచేయకుండా వారి ఏకాగ్రతకు భంగం కలిగించకండి.
- కాలక్షేపానికి ఎవరినైనా తోడుగా తీసుకెళ్ళినప్పుడు వారితో గట్టిగా మాట్లాడుతూ బ్యూటీపార్లర్ వాతావరణాన్ని పాడుచేయకండి.
- ఫేషియల్, మేకప్ ఇలా ఏదైనా చేయించుకున్నప్పుడు వాటిలో లోపాలు ఉంటే వాటిని పెద్దవి చేసి చూపిస్తూ దుర్భాషలాడటం తగదు. ప్రశాంతంగా అలా కాదు, ఇలా కావాలని చెప్పి చేయించుకోండి. మీరే కాదు, ఇతర కస్టమర్లూ ఉంటారని గుర్తుపెట్టుకోండి.
- మీ బ్యూటీషియన్ చేసే పని మీకు నచ్చినప్పుడు వారిని ప్రశంసించడం మరిచిపోకండి. అప్పుడు వారు సంతోషించి మీపై మరింత శ్రద్ధ చూపిస్తారు.



హబీబ్ ఖాన్, షహనాజ్ హుస్సేన్, వందనా లూథ్రా, బ్లాసమ్ కోచర్, భారతీ తనేజా, మిరియమ్ జువేరి, అంబికా పిళ్ళై, అనూస్ సిస్టర్స్ లాంటి ఎంతోమంది ఇతరుల అందాలకు మెరుగులు దిద్దటంలో దిట్టలే. దేశ, విదేశాల్లో పేరు సంపాదించారు.

దేశంలోని ప్రముఖ పట్టణాలలో వీరి ఉత్పత్తులు, బ్యూటీ సెలూన్‌లు, ఫ్రాంచైజీలు ఏర్పాటయ్యాయి.

ఇవి యువతీ, యువకులకు శిక్షణ కూడా అందిస్తున్నాయి. ప్రస్తుతం పెళ్ళి లేదా ఏదైనా అకేషన్‌కి సంబంధించి మేకప్ చేయడానికి, ఒక బ్యూటీషియన్ మూడు నుండి ఐదు వేల రూపాయల వరకూ ఫీజు తీసుకుంటున్నదంటే దీన్నీ బట్టి ఈ రంగంలో ఎంత సంపాదించవచ్చో మనం ఊహించవచ్చు.

బ్యూటీ పార్లర్ నిర్వహించే వారు ఆకర్షణీయమైన వ్యక్తిత్వంతోపాటు, కొత్త ట్రెండ్స్, ఫ్యాషన్స్, స్టైల్స్, కాస్మటిక్స్, కస్టమర్ల అభిరుచులపై పూర్తి అవగాహనతో అప్‌డేట్‌గా ఉండడం ఎంతో అవసరం.

ఏ పనైనా పట్టదల, ఏకాగ్రతతో చేస్తే విజయం సాధించడం అంత కష్టమేం కాదు. ఉన్నత విద్యతో ఎలాంటి సంబంధం లేదు గనక ఈ రంగంలో రాణించడం మరింత సులువు.

గుర్తుంచుకోవల్సిన విషయాలు

- పార్లర్‌లోని వస్తువులు, సామాగ్రిని పరిశుభ్రంగా ఉంచడం. పరిసరాలపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపటం.
- బ్యూటీ పార్లర్ వాతావరణాన్ని ప్రశాంతంగా, ఆహ్లాదంగా ఉంచటం, అవసరమైతే శ్రావ్యమైన సంగీతాన్ని వినిపించడం.
- మీ బ్యూటీపార్లర్‌లో పనిచేసే సిబ్బంది మీ కస్టమర్లతో వ్యవహరిస్తున్న తీరుతెన్నులను పర్యవేక్షించడం.
- కస్టమర్ల అభిరుచులకు తగిన ప్రాధాన్యత ఇవ్వటం.
- బ్యూటీషియన్ తన చేతులు శుభ్రంగా ఉంచుకోవడం. గోళ్లు పెద్దగా, పదునుగా ఉంటే కస్టమర్లు గాయపడే ప్రమాదం ఉంది. నోటి నుండి శరీరం నుండి దుర్వాసన రాకుండా చూసుకోవడం.
- బ్రైడల్ మేకప్ కోసం వచ్చే వారిని వారి అభిరుచులు, వారికి ఎలాంటి మేకప్ కావాలి, వారు ఎలాంటి యాక్సరీస్‌ను ధరించాలనుకుంటున్నది ముందుగానే తెలుసుకుని పని ప్రారంభించాలి.
- ఒక కస్టమర్‌కి వాడిన టవల్, గౌన్, దువ్వెన, బెడ్‌షీట్, బ్రష్ మొదలైన వాటిని శుభ్రపరచకుండా మరొకరికి వాడకూడదు.
- ఫేషియల్, పెడిక్యూర్, మేనిక్యూర్, వ్యాక్సింగ్ చేయడానికి వాడే ఉపకరణాలను చక్కగా స్టెరిలైజ్ చేసుకోవాలి. లేదా బ్యూటీపార్లర్‌కి వచ్చినవారికి ఇన్ఫెక్షన్ లాంటి సమస్యలు ఏర్పడి పార్లర్ పేరు చెడుతుంది.
- చాలామంది వ్యాక్సింగ్ సమయంలో గుడ్డలను ఉపయోగిస్తారు. అవి ఎంతమాత్రం సురక్షితం కాదు. అవి లాగేటప్పుడు చర్మం ఊడి వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. కాబట్టి సెలోఫేన్ స్ట్రిప్స్ వాడటం శ్రేయస్కరం. ●



● అనిత

కథక్ ఒక మంచి 'కళ' 'వ్యాయామం' కూడా

– ఉమాశర్మ

'పద్మశ్రీ', 'పద్మభూషణ్' పురస్కారాలను అందుకున్న కథక్ నృత్య కళాకారిణి ఉమాశర్మ 'కథక్' కేవలం ఒక నృత్యం మాత్రమే కాదు వ్యాయామం కూడా అని భావిస్తారు. అందుకే నేటికీ ఆమె సాధన కొనసాగుతూనే ఉంది

జవహర్‌లాల్ నెహ్రూ దేశ ప్రధానిగా ఉన్న నాటి విషయం ఇది. ఢిల్లీలో ఒక సమావేశానికి ఆయన హాజరయ్యారు. ఆ సమయంలో 10, 11 సంవత్సరాల ఒక బాలిక స్టేజిపై కథక్ నృత్యం ప్రదర్శించింది. ఆ బాలిక నృత్యాన్ని చూసిన ప్రధాని ఎంతో మెచ్చుకున్నారు. కేవలం మెచ్చుకోవడమే కాదు తన పుట్టిన రోజున కథక్ నృత్యం ప్రదర్శించాలని ఆ బాలికను ఆహ్వానించారు. ఆమే ఉమాశర్మ.

ఆమె ఆ రోజు నుండి నేటి వరకు భారతదేశంలోనే కాదు న్యూజిలాండ్, ఆస్ట్రేలియా, అమెరికా, కెనడా, జపాన్, మిడిల్ ఈస్ట్, చైనా దేశాల్లో తన కథక్ నృత్యాన్ని ప్రదర్శించి ప్రేక్షకుల ప్రశంసలను పొందారు. ఆమె నృత్యం చూసిన వారంతా మెచ్చుకోకుండా ఉండలేకపోయారు.

ఢిల్లీలో బెంగాలీ మార్కెట్ ప్రాంతంలో 1942లో జన్మించిన ఉమాశర్మ 'పద్మశ్రీ', 'పద్మభూషణ్' లాంటి అత్యున్నత పురస్కారాలతో పాటు 'సంగీత నాటక అకాడమీ అవార్డు', 'సాహిత్య కళా పరిషత్ అవార్డు'లను పొందారు.

ఇప్పటికీ ఆమె ఎంతో ఉత్సాహంతో కథక్ నృత్య ప్రదర్శనలు ఇస్తూ ఉన్నారు. ఇటీవల 'గృహశోభ' ఆమెతో జరిపిన సంభాషణలోని కొన్ని ముఖ్య అంశాలు మీ ముందు ఉంచుతున్నాం.

మీ దృష్టిలో కథక్ అంటే ఏమిటి?

"నేను పూర్తిగా కథక్‌లో లీనమైపోయాను. నా చుట్టుపక్కల అంతా ప్రతి క్షణం కథక్ కనిపిస్తూ ఉంటుంది. నన్ను నేను కథక్ నుండి వేరు

చేసుకుని ఊహించుకోలేను"

కుటుంబ సహకారం

కథక్‌పై మీకు ఇంత ప్రేమ ఎలా కలిగింది?

"బాల్యం నుండి మా ఇంటి వాతావరణం పూర్తిగా కథక్ నృత్యంతో మమేకమై ఉండేది. మా నాన్నగారు ఇంట్లో పిల్లలందరితోపాటు చుట్టు పక్కల ఉన్న పిల్లలకి కూడా కథక్ నృత్యం నేర్పించేందుకు ఒక టీచర్‌ను ఏర్పాటుచేసారు. మా ఇంట్లో ఒక చిన్న గదిలోనే మేమంతా కథక్ నేర్చుకునేవాళ్లం"

"అక్కడ నుండే నేను కథక్ నేర్చుకోవడం, అర్థం చేసుకోవడం మొదలు అయ్యింది. క్రమంగా నేను ప్రదర్శనలు ఇవ్వడం మొదలుపెట్టాను. 10 సంవత్సరాల వయసులో నేను కథక్ ప్రదర్శన ఇస్తూ ఉన్నప్పుడు అప్పటి ప్రధాని జవహర్‌లాల్ నెహ్రూ నన్ను చూసారు"

"ఆయనకి నా నృత్యం ఎంతో నచ్చింది. తన పుట్టిన రోజున నన్ను కథక్ ప్రదర్శన ఇవ్వడానికి పిలిచారు. ఆ వయసులో జరిగిన సంఘటనలు నా మనసులో ప్రగాఢ ముద్రను వేసాయి. అలా నా మనసు కథక్‌వైపు సాగుతూ పోయింది"

కథక్‌ను కెరీర్‌గా స్వీకరించే ఆలోచన మీకు ఎలా వచ్చింది?

"నాకు జ్ఞానం వచ్చేనాటికి నన్ను నేను కథక్ డాన్సర్‌గా గుర్తించాను. 1964లో నేను డిగ్రీ పూర్తి చేసినప్పుడు కెరీర్ ప్రశ్న నా ముందుకు వచ్చింది. పెళ్ళైన తర్వాత కూడా ఎలాంటి అభ్యంతరాలు లేని కెరీర్‌ను నేను తీసుకోవాలని మా ఇంట్లో వాళ్లు భావించారు. కాని నా మనసును మాత్రం కథక్ మత్తు ఆవహించింది. అందుకే నేను కథక్ నృత్యాన్నే స్వీకరించాను. ఆ తర్వాత నేను లక్నోకు చెందిన ప్రముఖ కథక్ డాన్సర్ శంభూ మహారాజ్‌జీని గురువుగా ఎంచుకున్నాను"

మహిళలు ఒంటరిగా ఉండడం సరైన విషయం కాదని భావించే రోజుల్లో మీరు పెళ్లి చేసుకోకూడదని నిర్ణయించుకున్నారు. మరి మీకు ఎప్పుడైనా ఏవైనా ఇబ్బందులు ఎదురయ్యాయా?

"లేదు, మహిళలు ఒంటరిగా ఉండడం సరైన విషయం కాదని భావించబడే రోజులే అయినా నాటి కాలంలో మహిళలు ఎంతో సురక్షితంగా ఉండేవారు. నేటి కాలంలోలాగా అంతగా నేరాలు జరిగేవి కావు. మహిళలు రాత్రి ఒకటి రెండు గంటల వరకు క్షేమంగా తిరగగలిగేవారు"

"ఢిల్లీ ఇప్పుడున్నంత ఓవర్ క్రౌడ్‌గా ఉండేది కాదు. నాకు బాగా గుర్తు. మేము రాత్రి 11-12 గంటలకి బెంగాలీ మార్కెట్ నుండి కాలినడకన ఇండియా గేట్ వెళ్ళేవాళ్లం. అర్ధరాత్రి దాటిన తర్వాత ఇంటికి తిరిగి వచ్చేవాళ్లం. ప్రస్తుతం సౌకర్యాలు ఎన్నో పెరిగాయి. కానీ దానితోపాటు నేర ప్రవృత్తి కూడా పెరిగింది"



ఒంటరిగా ఉంటూ కూడా మీకు పెళ్లి చేసుకోవాలన్న ఆలోచన ఎప్పుడూ రాలేదా?

"వచ్చేది. తరచూ వచ్చేది. అదీ కథక్‌లో నాకు ఇష్టమైన రోల్ దొరకనప్పుడు. అలాంటప్పుడు బాగా విసిగిపోయి ఇవన్నీ ఏంటి ఇక మానేసి పెళ్లి చేసుకుని విశ్రాంతిగా ఉండచ్చు అనుకునేదాన్ని. కాని మరుక్షణంలోనే కథక్ నుండి దూరమయ్యే విషయం తలుచుకుని వణికిపోయేదాన్ని"

మీరు ఎంతో అందంగా ఉన్నారు. ఎప్పుడైనా పెళ్లి ప్రస్తావన ఏదైనా మీ దగ్గరకు వచ్చిందా?

"ఒకటి కాదు చాలా వచ్చాయి. కాని నేను ఎప్పుడూ వాటిని సీరియస్‌గా తీసుకోలేదు. మా ఇంట్లో వాళ్లు కూడా ఎంతో ఒత్తిడి తెచ్చేవారు. ముఖ్యంగా మా అమ్మ. అయినా నేను ఎప్పుడూ వారికి దొరికేదాన్ని కాదు. ఎప్పుడూ ఏదో ఒక ప్రోగ్రాంలో బిజీగా ఉండేదాన్ని"

మీరు గాలిబ్, కైఫ్, టాగూర్, హరివంశరాయ్ బచ్చన్ లాంటి కవుల రచనలకు రంగస్థలంపై ప్రదర్శనలు ఇచ్చారు. మీకు ఎవరి కవితలను ప్రదర్శిస్తుంటే ఎక్కువ ఆనందం కలిగేది?

"వీళ్లు అంతా మంచి కవులు. ఎవరో ఒకరి పేరు చెప్పమంటే చాలా కష్టం. అందరూ తమ భావాలను ఎంతో అందంగా చిత్రీకరించారు. వీరివే కాదు సూర్, తులసి, రత్నాకర్, పద్మావత్ కాళిదాస్ రచనలకు కూడా నేను కథక్ నృత్యాన్ని ప్రదర్శించాను.

కొత్త కవుల్లో గోపాల్‌దాస్, నీరజ్‌గారి 'కార్వా గుజర్ గయాపై నేను ఇచ్చిన కథక్ ప్రదర్శన నాకు ఎంతో ఆనందాన్ని కలిగించింది"

సాధన కొనసాగుతోంది

ఈ వయసులోనూ మీరు సాధనకి అంత ప్రాధాన్యత ఇస్తారా?

"అవును. తప్పనిసరిగా. మనిషి ఆహారం, నిద్ర లేకుండా ఎలా ఉండలేడో అలాగే నేనూ కథక్ లేకుండా ఉండలేను. కథక్ ఒక మంచి వ్యాయామం కూడా. కథక్ నృత్యం చేస్తే శరీరానికి తగినంత వ్యాయామం లభిస్తుంది. దాంతోపాటు మనసుకూ సంతోషం కలుగుతుంది"

కథక్ డాన్స్ స్కూల్ తెరవాలన్న ఆలోచన మీకు ఎలా వచ్చింది?

"నా చిన్నతనంలో మా ఇంట్లో ఒక గదిలో పిల్లలు అందరూ కథక్ నేర్చుకునేవారు. దానితోనే నాకు కథక్ స్కూల్ ఆలోచన వచ్చింది. ఢిల్లీలో మొట్టమొదటిసారిగా కథక్ స్కూల్ ప్రారంభించింది నేనే"

దృఢమైన సంకల్పం

ఒక పెర్‌ఫెక్ట్ కథక్ డాన్సర్ కావాలంటే ఏమి చెయ్యాలి?

"అన్నిటికంటే ముఖ్యం శ్రద్ధ. దృఢమైన సంకల్పం దీనికి ఎంతో అవసరం. కథక్‌కి శ్రద్ధతోపాటు తగినంత సమయం కూడా అవసరమే. వీటితోపాటు అంకితభావం, మొక్కవోని ధైర్యం, కష్టించి పనిచేయడం, సరియైన నిర్ణయాలు తీసుకునే సామర్థ్యం ఉండడం ఎంతో అవసరం"

మీకు ఉన్న ఇతర హాబీలు?

"నాకు కవితలు చదవడం ఎంతో ఇష్టం. ఉర్దూలో గాలిబ్, హిందీలో సూర్, రస్‌ఖాన్‌లు నా అభిమాన కవులు. అరుదైన పురాతన వస్తువులను సేకరించడం నాకు ఎంతో ఇష్టం. మా ఇంట్లో ఇలాంటి వస్తువులు చాలా కనిపిస్తాయి. నాకు సినిమాలు చూడడం కూడా ఇష్టం.

కాని ఇప్పటి సినిమాలు చూస్తే మనసుకు బాధ కలుగుతుంది. అందులో అశ్లీలత తప్ప మరి ఇంక ఏమీ ఉండదు.

ఇంతటి అశ్లీలత ఇంగ్లీష్ సినిమాల్లోనూ ఉండదు. అతి కష్టంమీద తయారవుతున్న ఒకటి, అర ఆర్ట్ సినిమాలు ఉంటే అవి తప్పకుండా చూస్తాను"

మహిళల విషయంలో జరుగుతున్న నేరాల్లో క్రమంగా వృద్ధే కనిపిస్తోంది. వీటిపై అదుపు సాధించడం ఎలా?

"దీని కోసం మహిళలే జాగ్రత్తగా ఉండాలి. ప్రస్తుతం అమ్మాయిల వస్త్రధారణ రెచ్చగొట్టే విధంగా ఉంటుంది. వారు సాధారణ దుస్తులను వేసుకోవడం ఎంతో మంచిది.

అలాగే రాత్రి అంతా బయట గడపకుండా చూసుకోవాలి. మన సంస్కృతిని మనం మర్చిపోతున్నాం. దాన్ని మనం మళ్లీ ఆచరణలోకి తీసుకురావాలి.

ప్రభుత్వం ఈ విషయంలో కట్టుదిట్టమైన చర్యను చేపట్టాలి. అవసరమైన ప్రతిచోట టెలిఫోన్ బూత్‌లను, పోలీస్ గస్తీని ఏర్పాటుచెయ్యాలి" ●

డిజైనర్ నగల సోయగం





● 'గృహశోభ' ప్రతినిధి

మగువల అలంకరణలో నగలకి ఎనలేని ప్రాధాన్యత ఉంది. మారుతున్న కాలానికనుగుణంగా నగలు ఎన్నో మార్పులకు, చేర్పులకు లోనవుతూ స్త్రీల అలంకరణలో తమ స్థానాన్ని చాటి చెబుతూనే ఉన్నాయి

వనితలు తమ అందాన్ని ద్విగుణీకృతం చేసుకోడానికి ఎన్నో రకాల దుస్తులు, ఆభరణాలు ఉపయోగిస్తుంటారు. ప్రాచీనకాలం నుండి ఆభరణాలు మగువల మనసులు దోస్తూ కాలక్రమంలో ఎన్నో మార్పులకు గురి అవుతూ వచ్చాయి. గత కొన్ని ఏళ్లుగా ఫ్యాషన్ ప్రభావితం చేయని అంశం లేదు. దుస్తులు, పాదరక్షలు, గృహోపకరణాలు ఇలా ఒక్కటేమిటి దాదాపు మన జీవితంలోని ప్రతి అంశాన్నీ ఫ్యాషన్ ప్రభావితం చేస్తోంది. నగల విషయంలోనూ ఫ్యాషన్ కొత్త ట్రెండ్ సృష్టించింది.





అందుకే దుస్తుల మాదిరిగానే నగల తయారీలోనూ ఎన్నో ప్రయోగాలు జరుగుతున్నాయి. అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో తయారవుతున్న ఈ నగలు, ఒక ప్రాంతం, ఒక దేశం అన్న తేడా లేకుండా మగువల మనసులు దోచేస్తున్నాయి.

సౌందర్యంతోపాటు సౌభాగ్యం

జాతీయ స్థాయిలో పేరు పొందిన బ్యూటీషియన్ షహనాజ్ హుస్సేన్ మాట్లాడుతూ 'ఆభరణాలు మగువల అందాన్ని పెంచడంలోనే కాదు వారికి ఆర్థిక భద్రత కల్పించడంలో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తున్నాయి. బంగారు నగల విషయానికొస్తే భారతీయ మహిళలు పెట్టుబడులు పెట్టే సమయంలో నగలకు అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారు. కాలక్రమంలో మహిళలు ఇతర లోహాలతో తయారుచేసిన నగలను ఉపయోగిస్తున్నప్పటికీ భారతీయ వనితలకు బంగారు నగలపై ఉన్న మోహం, అనుబంధం ఏమాత్రం తగ్గటం లేదు' అని చెప్పారు.

నగల గురించి చెప్పుకునేటప్పుడు సంస్కృతీ, సంప్రదాయాల గురించిన ప్రస్తావన తప్పకుండా వస్తుంది. అది నిజాం నవాబుల కాలం నాటి వజ్రాభరణాలు కావచ్చు. జైపూర్ వంశీయులు శుద్ధమైన బంగారంతో తయారుచేసిన హారాలు కావచ్చు.

మన దేశాన్ని పరిపాలించిన రాజవంశీయుల అభిరుచులు ఆయా కాలాల్లోని నగల డిజైన్లలో ప్రస్ఫుటంగా కనబడతాయి. కొన్ని ప్రాంతాలలో ఇప్పటికీ ఆ కాలంనాటి నగలు ఒక ట్రెండ్‌గా కొనసాగుతున్నాయి. ఎంతోమంది జ్యూయలరీ డిజైనర్లు నగలను డిజైన్ చేసేటప్పుడు ఈ అంశాలను దృష్టిలో పెట్టుకుని ఆభరణాలను రూపొందిస్తున్నారు.

ఆభరణాలపై స్త్రీలకి మక్కువ నానాటికీ పెరుగుతుండటంతో డిజైనర్లు సైతం కొత్త కొత్త డిజైన్లు ఆవిష్కరిస్తున్నారు. ఈ విషయమై జ్యూయలరీ డిజైనర్ షాహీన్ మాట్లాడుతూ 'ఇప్పటికీ మహిళలు తమ జీవితంలో కొత్తదనాన్ని, ఉల్లాసాన్ని కోరుకుంటున్నారు. కాబట్టి వారు ధరించే నగలు కొత్తదనంతోపాటు ఉల్లాసాన్ని కలిగించేవిగా ఉండేటట్లు డిజైనర్లు జాగ్రత్తలు తీసుకుంటున్నారు. మహిళలు తాము ధరించే దుస్తులకు తగ్గ నగలను వేసుకుంటే వారి వ్యక్తిత్వంలో మార్పు వచ్చే అవకాశాలు లేకపోలేదు. బంగారం, వెండి, పూసలతోపాటు వివిధ రకాల రాళ్లు పొదిగిన వెండి ఆభరణాలపై మహిళలు ఆసక్తి చూపుతున్నారు'అని వివరించారు.

బంగారం, వెండి మాత్రమే కాదు కొన్ని ఇతర లోహాల సమ్మేళనంతో 'కాంబినేషన్ జ్యూయలరీ' తయారీ దిశగా ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయి. దీనికి కారణం సాంప్రదాయ ఆభరణాలకి మోడరన్ లుక్ ఇవ్వాలనుకోవటమే. దీనికి లేడీ విక్టోరియన్ జ్యూయలరీతో కుందన్‌లను చేర్చడం చక్కటి ఉదాహరణగా చెప్పుకోవచ్చు.

ఒకానొక సమయంలో నేవీ బ్లూ, గులాబీ రంగు రాళ్లున్న ఆభరణాలు ఎబ్బెట్టుగా ఉంటాయనుకునేవారు. కాని ప్రస్తుతం డిజైనర్ జ్యూయలరీలో ఈ రంగు రాళ్లనే ఎక్కువగా వాడుతున్నారు.

జ్యూయలరీ డిజైనింగ్‌లో ఉపాధి అవకాశాలు

ఫ్యాషన్ ప్రపంచంలో అతి పెద్ద షర్ట్ తయారుచేసి 'గిన్నిస్ బుక్' ఆఫ్ వరల్డ్ రికార్డ్స్‌లో స్థానం సంపాదించుకున్నారు రాఘవేంద్ర సింగ్ రాథోడ్. కొత్త కొత్త డిజైన్లు మార్కెట్లోకి తేవాలంటే వైవిధ్యభరితమైన ప్రయోగాలు జరగాలని రాఘవేంద్ర చెబుతారు. జోధ్‌పూర్ రాజవంశానికి చెందిన రాథోడ్ బాలీవుడ్ తారలు మొదలుకుని సామాన్యుల వరకూ ఎంతోమందికి దుస్తులను డిజైన్ చేసి ఎంతో పేరు గడించారు. ఇప్పుడు జ్యూయలరీ డిజైనింగ్‌లోనూ తన సత్తా చాటుతున్నారు.

'గడిచిన దశాబ్దంలో ఫ్యాషనబుల్ దుస్తుల ట్రెండ్ కొనసాగింది. దీనితో ఫ్యాషనబుల్ ఆభరణాల డిమాండ్ పెరిగింది. ఈ పరిస్థితులనన్నింటినీ ఒక అవకాశంగా, ఒక సవాలుగా తీసుకుని ఈ రంగంలోనూ అడుగుపెట్టాను.

ఫ్యాషన్ జగత్తులో దుస్తులకి సీజన్స్ ఉన్నట్టుగానే ఆభరణాలకీ సీజన్స్ ఉండాలి. దీంతో ఫ్యాషన్ చక్రం తిరుగుతుంటుంది. దుస్తుల్లాగానే కొత్త కొత్త జ్యూయలరీ డిజైన్లు వెలుగు చూస్తాయి. ఈ రంగంలో ఉపాధి కోసం ఎదురుచూసే వారికి ఎన్నో అవకాశాలు లభిస్తాయి. కొనుగోలు దారులకూ వైవిధ్యభరితమైన కలెక్షన్స్ అందుబాటులోకి వస్తాయి' అని అంటారు రాథోడ్.

జ్యూయలరీ డిజైనింగ్ రంగంలోకి అడుగు పెట్టగానే రాఘవేంద్ర తాను తయారుచేసే డిజైన్లలో కొత్తదనం కోసం ప్రయత్నించారు. జోధ్‌పూర్, జైపూర్, మేవాడ్, హడోతి లాంటి రాజవంశీయుల ఆభరణాలే కాకుండా పెద్ద పెద్ద

వ్యాపారులు ఆ కాలంలో వేసుకున్న ఆభరణాలపై అధ్యయనాలు జరిపారు.

సాధారణంగా ఒక డిజైనర్ తన డిజైన్లను తయారుచేసేటప్పుడు రెండు విషయాలను దృష్టిలో పెట్టుకుంటాడు. ఒకటి కొత్త డిజైన్లు జన బాహుళ్యంలోకి ఎలా తీసుకురావాలన్నది. రెండు ఆ ప్రక్రియలో ఆభరణాల డిజైన్లలో మార్పు రాకుండా ఉండటం. తయారుచేసే ప్రతి ఆభరణం ఖరీదైనదై ఉండాలన్న నియమం ఏమీ లేదు.



ఇండో-వెస్టర్న్ డిజైన్లకి పెరిగిన ఆదరణ

'మంచి ముత్యాలు, వివిధ రంగు రాళ్లను పొదిగి తయారుచేసే ఇండో-వెస్టర్న్ డిజైన్లను ఇష్టపడని వారు ఉండరు. ఈ తరహా ఆభరణాలు ఎప్పటికీ కొత్తగా అనిపిస్తాయి. హుందాతనాన్ని కలిగిస్తాయి. ఇండో-వెస్టర్న్ జ్యూయలరీ డిజైన్లలో పెండెంట్, ఉంగరాలు, బ్రేస్‌లెట్, కంఠాభరణాలు, చెవి దుద్దులు ఎంతో ఆకర్షణీయంగా ఉంటాయి. కాబట్టి వయోభేదంతో సంబంధం లేకుండా మహిళలు ఇష్టపడతారని జ్యూయలరీ డిజైనర్స్ చెబుతుంటారు.

రాత్రి పూట జరిగే పార్టీలకి స్లీవ్‌లెస్ దుస్తులు ధరించే మహిళల కోసం కొత్తగా చేతి కడియాలు, (ఆర్మ్‌లెట్) హాల్టర్ టాప్స్, వడ్డాణం తదితర ఆభరణాల డిజైన్ల కోసం ప్రస్తుతం డిజైనర్లు కృషి చేస్తున్నారు.

నగలు పుట్టిందే ఆడవారి కోసం. అవి ధరించగానే వారి అందం మరింత ద్విగుణీకృతమవుతుంది. ప్రాచీన కాలంలో స్త్రీలను దృష్టిలో పెట్టుకుని ఏడు వారాల నగలు వచ్చాయి. ఫ్యాషన్‌పై మంచి అవగాహన ఉన్న మహిళల దగ్గర నాటి ఏడువారాల నగలు మొదలుకుని నేటి ఇండో-వెస్టర్న్ డిజైన్ల వరకూ అన్నీ కలెక్షన్స్ కనబడతాయి.

పెళ్లి పేరంటాల్లాంటి సందర్భాల్లోనే కాకుండా బిజినెస్ మీటింగ్స్, ఈవెనింగ్ పార్టీల కనుగుణంగా ఆభరణాలను ధరించడం పరిపాటిగా మారింది.

కాబట్టి నగలు అనగానే కంఠాభరణాలు, చెవి దుద్దులే అన్న భావన ఇప్పుడు లేదు. ఇటీవల చీరలు కట్టుకునే మహిళలు నడుముకి వదులుగా ఒక మోస్తరు గొలుసు ధరించడం మనం చూస్తూనే ఉన్నాం.



డిజైనర్ జ్యూయలరీ ప్రాధాన్యత

ప్రస్తుతం డిజైనర్ జ్యూయలరీలు ఫ్యాషన్ స్టేట్‌మెంట్‌గా మారుతున్నాయంటే ఆశ్చర్యపోనవసరం లేదు. ఈ రంగంలో పెట్టుబడులు పెట్టడానికి ఎంతోమంది ముందుకు వస్తున్నారు.

'ఆభరణాలు అందంగా ఉండటంతోపాటు ఖరీదైనవి, అందరూ నచ్చేవి, మెచ్చేవి. కాబట్టి శుభకార్యాలకు ఇతరత్రా ఎవరికైనా ప్రత్యేక బహుమతి ఇచ్చే సందర్భాలలో చాలామంది ఆభరణాలనే బహుమతిగా ఇవ్వడానికే మక్కువ చూపుతారు' అని అంటుంది నటి కాజోల్.

ఆభరణాల డిజైన్లు కొత్త పుంతలు తొక్కటానికి ఈ అంశాలన్నీ దోహదపడుతున్నాయి. యువతరం ఈ రంగంపై ఆసక్తి చూపుతుండటంతో వారి సృజనాత్మకత ఈ కొత్త తరహా ఆభరణాలతో ఉట్టిపడుతోంది. దేశ, విదేశాల డిజైన్ల సమ్మేళనాలతో 'ఫ్యూజన్ నగలు' అందుబాటులోకి వచ్చాయి. దాంతో కొనుగోలుదారులకు మంచి డిజైన్లతో బాటు నాణ్యమైన ఆభరణాలు ఎంచుకోవటం అన్నది ఒక సవాలుగా మారింది.

ఏది ఏమైతేనేం ఆభరణాలు ధరించే వారికి సౌందర్యం, నగలపై పెట్టుబడి పెట్టేవారికి సౌభాగ్యం. రెండు విధాల లాభమే. ●



20% నుండి **30%** శాతం డిస్కౌంట్ పొందండి.

అవును. ఇప్పుడు మీరు 'గృహశోభ' చందాదారులుగా చేరి 30 శాతం వరకు డబ్బు ఆదా చేయవచ్చు.

చందా కట్టడానికి

GHSUB<space>E టైప్ చేసి **57007**కి SMS పంపించండి.

టోల్ ఫ్రీ నెంబర్

1800-103-8880

From all Landlines and Mobiles
(Monday to Saturday 9.30 a.m. to 5.30 p.m.)



గృహశోభ



మిమ్మల్ని ఎక్స్‌పర్ట్‌గా తీర్చిదిద్దుతుంది

గృహశోభ

మిమ్మల్ని ఎక్స్‌పర్ట్‌గా తీర్చిదిద్దుతుంది

30%

వరకు డిస్కౌంట్

ఈ ఆఫర్ పరిమిత కాలానికి మాత్రమే!

గృహశోభ

అవును. ఈ క్రింద తెలియజేసిన స్కీమ్ ప్రకారం నేను 'గృహశోభ' చందాదారునిగా చేరాలనుకొంటున్నాను.

టిక్ చేయండి	సంవత్సరాలు	సంచికల సంఖ్య	వార్షిక చందా ప్రకారం అసలు ధర	మీరు చెల్లించండి	పొదుపు
☐	1 సంవత్సరం	12	రూ. 140	రూ. 112	20 %
☐	2 సంవత్సరాలు	24	రూ. 270	రూ. 203	25 %
☐	3 సంవత్సరాలు	36	రూ. 370	రూ. 259	30 %

ఈ కూపన్‌ని మీ చెక్ లేదా డిమాండ్ డ్రాఫ్ట్‌తోపాటు పంపించండి.

పేరు : శ్రీ/శ్రీమతి ______ పుట్టిన తేదీ రోజు ___ నెల ___ సంవత్సరం ___

అడ్రసు ______

______ పిన్ ______

మొబైల్ నెంబర్ ______ ఫోన్ (నివాసం) ______ ఇ-మెయిల్ : ______

చెక్ / డి.డి. నెంబర్ ______ తేదీ : ______ ఢిల్లీ ప్రకాసన్ వితరన్ ప్రై లిమిటెడ్ పేరుతో చెక్ / డి.డి. పంపించాలి.

క్రెడిట్ కార్డు ☐ అమెక్స్ ☐ వీసా ☐ మాస్టర్ కార్డు ______ కార్డు పూర్తయ్యే తేదీ : నెల ___ సంవత్సరం ___

కార్డు జారీ చేసిన బ్యాంకు పేరు............ సీవీవీ నెంబర్ ______

రాబోయే సంవత్సరం రెన్యువల్ చేసేటప్పుడు దయచేసి నా డెబిట్ కార్డు నుండి డెబిట్ చేయండి. ☐ అవును ☐ కాదు

ప్రస్తుతం మీరు చందాదారులై ఉన్నట్లయితే దయచేసి తమ కస్టమర్ ఐడి తెలియచేయండి. ....

దయచేసి ఈ ఆర్డర్ ఫామ్ పూర్తి చేసి చందా రుసుముతోపాటు ఈ చిరునామాకు పంపించండి.

ఢిల్లీ ప్రకాశన్ వితరణ్ ప్రైవేట్ లిమిటెడ్,
ఈ-3, ఝండేవాలా ఎస్టేట్, న్యూఢిల్లీ- 110 055.

సంతకం............ తేదీ :............

ఈ డిస్కౌంట్ సౌకర్యం రాబోయే సంచికల నుండి లభిస్తుంది. దీనికి సంబంధించిన అన్ని వివాదాలు ఢిల్లీ / కొత్త ఢిల్లీ న్యాయస్థానాల్లో, ఫోరమ్‌లలో పరిష్కరింపబడతాయి. చెక్ / డి.డి.లన్నీ ఢిల్లీ ప్రకాశన్ వితరణ్ ప్రైవేట్ లిమిటెడ్, ఈ-3, ఝండేవాలా ఎస్టేట్, న్యూఢిల్లీ- 110 055. పేరిట పంపించాలి. షరతులు, నియమ నిబంధనలు వర్తిస్తాయి. ఫోన్ : 41398888, 41398825, ఫ్యాక్స్ : 41540714, 41398855.

'జీవితా'న్ని సురక్షితం చేసే బీమా ఏజెంటు

జీవిత బీమా రంగం విస్తరణ, అభివృద్ధి వెనుక బీమా ఏజెంట్ల కృషి ఎంతో ఉంది. నేటికీ ఈ రంగానికి యోగ్యులైన బీమా ఏజెంట్ల అవసరం చాలా ఉంది

● నీతూ



బీమా ఏజెంట్లను చూడగానే పాలసీ కట్టమని వేధిస్తారని భయంతో ప్రజలు పారిపోయే రోజులు పోయాయి. ఇప్పుడు ప్రజలు దీన్ని ఎంతో ఉన్నతమైన వృత్తిగా, హోదాగా ఆదరిస్తున్నారు. జీవిత బీమారంగం ప్రైవేటీకరణ కారణంగా ప్రస్తుతం ఏజెంట్లలో చాలా మార్పులు వచ్చాయి. మారుతున్న పరిస్థితులను అనుసరించి బీమా ఏజెంట్ల అవసరాన్ని ప్రజలు గుర్తిస్తున్నారు.

బీమా ఏజెంట్ ఎవరు?

జీవిత బీమాలో ఏజెంట్ ఒక ఫైనాన్షియల్ అడ్వైజరు. అంటే ఆర్థిక సలహాదారుడు. ఇతను బీమా పాలసీదారునకు అతని వర్తమాన, భవిష్యత్ రాబడి, ఖర్చులు, బాధ్యతలను సరియైన నిష్పత్తిలో లెక్కించి దానికి కట్టవలసిన బీమా మొత్తాన్ని గణించి అతనికి తెలియచేస్తాడు. బీమా ఏజెంటు అంటే మానవ జీవన మూల్యాన్ని లెక్కించే ఒక్క టెక్నీషియన్. ఒక శిక్షణ పొందిన ఆర్థిక సలహాదారుడు.

అభివృద్ధి చెందిన టెక్నాలజీకి అనుగుణంగా ఇప్పుడు బీమా ఏజెంట్లు లాప్‌టాప్‌లను వినియోగిస్తూ స్మార్ట్ ఇన్సూరెన్స్ బ్రోకర్లుగా మారారు. ప్రస్తుతం మార్కెట్లో బీమా సంస్థలు ఎన్నో ఉన్నాయి. కానీ ఏజెంట్లు మాత్రం తక్కువగా ఉన్నారు. జీవిత బీమాసంస్థకు తగినంతమంది ఏజెంట్లు ఇప్పుడు లేరు. దాంతో ఈ రంగంలో కెరీర్ అభివృద్ధికి అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయి.

ఐసీఐసీఐ బ్యాంకులో పనిచేస్తున్న ముకేష్ కుమార్ మాట్లాడుతూ బీమా ఏజెంట్లను బీమా సంస్థల ఆధార స్థంభాలుగా అభివర్ణించారు. సంస్థను మరింత బలోపేతం చేసేందుకు ఐసీఐసీఐ బీమా ఏజెంట్ల నియామకం విషయంలో నియమనిబంధనలను సవరిస్తున్నట్లు ఆయన తెలిపారు.

అవకాశాలు

2006-07 ఆర్థిక సంవత్సరంలో బీమా కంపెనీల నుండి 61,468.5 కోట్ల రూపాయలు మొదటి ప్రీమియంగా వసూలయ్యాయి. కాగా ఆ ఏడాది పాలసీ విక్రయాల సంఖ్య 4,61,28,425గా నమోదైంది. లైఫ్ ఇన్సూరెన్స్ కౌన్సిల్ అంచనాల ప్రకారం 2008 సంవత్సరం వరకు ఈ సంస్థలో ఏజెంట్ల సంఖ్య 25,04,355 ఉండేది. అయితే రోజు రోజుకూ పెరుగుతున్న సంస్థ అవసరాలను వీరు తీర్చలేరు. అందుకే పలు బీమా కంపెనీలు ఇతర రంగాలకు చెందిన మార్కెటింగ్ నిపుణుల సేవలపై ఆధారపడుతున్నాయి. శరవేగంగా విస్తరిస్తున్న మార్కెటింగ్ రంగంలో ఏజెంట్ల కొరత కారణంగా కొత్త ఏజెంట్లకు ఎన్నో మెరుగైన అవకాశాలు లభిస్తున్నాయి.

పాలసీ విక్రయాల ఆధారంగా పరిశీలిస్తే భారతీయ జీవిత బీమా సంస్థ మార్కెట్ షేర్ 83 శాతం ఉంది. ప్రస్తుతం ఈ రంగంలో ప్రభుత్వ రంగ సంస్థ భారతీయ జీవిత బీమాతోపాటు 15 ఇతర ప్రైవేటు రంగ సంస్థలు పనిచేస్తున్నాయి. మార్కెట్ పరిశోధకుల అంచనాల ప్రకారం 8 లక్షలకు పైగా శిక్షణ పొందిన కొత్త ఏజెంట్లు మార్కెట్ రంగానికి అవసరం.

ప్రస్తుతం ఐసీఐసీఐ, ప్రుడెన్షియల్‌లో 2,74,500 మంది బీమా సలహాదారులు ఉన్నారు. కాగా ఎస్‌బీఐ లైఫ్‌లోని ఏజెంట్ల సంఖ్య కేవలం 40వేలకు పైగా ఉంది. భవిష్యత్తులో వీరి సంఖ్య పెరిగే అవకాశం ఉంది.

ఏజెంటుకు కావలసిన అర్హతలు

మీలో ఉత్సాహం, ఉత్తేజం కలుపుగోలుతనం, ఇతరులతో నేర్పుగా మాట్లాడే చాతుర్యం లాంటి లక్షణాలు ఉన్నాయా? అయితే మీరు బీమా ఏజెంటుగా పనిచేయడానికి అర్హులన్నమాట. ఒక బీమా ఏజెంటుగా మీరు చేరి మంచి ఫలితాలు సాధిస్తూ డెవలప్‌మెంట్ ఆఫీసరుగా ఎదగవచ్చు. ఈ పదవిలో సమయానికి అనుగుణంగా నేరుగా నియామకాలు జరుగుతుంటాయి. బీమా ఏజెంటుకు 5 సంవత్సరాల వరకు వయో పరిమితిలో సడలింపు ఉంటుంది. దీనికి విద్యార్హత ఏదైనా డిగ్రీ.

మంచి కెరీర్ అవకాశాలు, సౌలభ్యాలు

బీమా రంగాన్ని ఎంచుకుని ఎన్నో విజయాలను సాధించిన ఏజెంట్లు, డెవలప్‌మెంట్ ఆఫీసర్ల అభిప్రాయం ప్రకారం బీమా విక్రయాన్ని ఒక కెరీర్‌గా ఎంచుకుని కృషి చేస్తే ఎన్నో లాభాలను పొందవచ్చు. ఈ రంగంలో శ్రమిస్తే ఎన్నో ఆకర్షణీయమైన ఇన్సెంటివ్‌లు, కమీషన్లతో పాటు పరువు, మంచి హోదా లభించే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయి. ఏజెంటు ఒక పాలసీదారునికి ఒక పాలసీ చేయిస్తే, ఆ తర్వాత పాలసీదారుడు చెల్లించే పాలసీ ప్రీమియం నుంచి కొంత శాతం ఏజెంటుకు కమీషన్ రూపంలో లభిస్తుంది. ఇలా బీమారంగంలో ఎంత కృషి చేస్తే అంత ఫలితాన్ని పొందవచ్చు. బీమారంగం నిరుద్యోగ యువతకు ఒక ఆశాకిరణం. వారి బంగారు భవితకు ఒక కొత్త మార్గం. ●



వేసవిలో ఫ్యాషన్

● డి.ఎన్.పటేల్

ఫ్యాషన్ ఎప్పుడూ కొనసాగుతూనే ఉంటుంది. క్షణక్షణానికీ మారుతున్న కాలంతోపాటు తమ దుస్తులను మార్చుకోవాలని ప్రజలు ఆశిస్తుంటారు. అందులోనూ వేసవికాలం విషయానికి వస్తే ఇక వేరే చెప్పేదేముంది? ప్రజలు తల నుండి పాదాల వరకు మొత్తం తమను తాము కాపాడుకోడానికి గొడుగు, కళ్లకు హాయిని కలిగించడానికి రంగుటద్దాలు వాడుతుంటారు. తెల్లని, లేతరంగు దుస్తులైనా కావచ్చు, కాళ్లకి స్లిప్పర్స్ అయినా కావచ్చు. ఇవన్నీ కాలంతోపాటు ఫ్యాషనబుల్‌గా, స్టయిల్‌గా మారిపోతుంటాయి.

కాలంతోపాటు ఫ్యాషన్ మారుతుంటుంది. వేసవికాలం వస్తూనే మార్కెట్‌లో రకరకాల ఫ్యాషనబుల్ డ్రెసెస్, ఫుట్‌వేర్ వెల్లువ మొదలవుతుంది

వేసవి ఫ్యాషన్ రంగులను మార్చేస్తుంది

మనదేశంలో చాలా ప్రాంతాల్లో చలికాలం తర్వాత తీవ్రమైన ఎండలు కాస్తుంటాయి. సూర్యుని తీక్షణ కిరణాలు ప్రజాజీవితాన్ని ఎంతో ప్రభావితం చేస్తాయి. దాంతో ఈ కాలానికి తగ్గట్టుగా తను జీవనశైలిని, వేషధారణను మార్చుకుంటుంటారు. నల్లని, మెరిసే దుస్తులు సూర్యకిరణాలను గ్రహించి తమలో ఇముడ్చుకుని వేడిమిని మరింతగా పెంచేస్తాయి. వీటితో శరీరంలో ఉక్కపోత, చమటలు పట్టడం ఎక్కువవుతుంది. వీటి నుండి తప్పించుకోవడానికి తెల్లని, లేతరంగు దుస్తులను వేసుకుంటారు. ఇలాంటి దుస్తులు సూర్యకిరణాలను పరావర్తనం చేయించి శరీరానికి ఉపశమనాన్ని కలిగిస్తాయి. ఇలాంటి దుస్తులు కాస్త వదులుగా ఉండేవి ఎంపిక చేసుకుంటారు. కాటన్ దుస్తులు వేసవిలో ఎక్కువ సౌఖ్యాన్ని ఇస్తాయి. అందుకే వాటిని ప్రజలు ఎంపిక చేసుకుంటారు.

వేసవి రాగానే డ్రెస్ డిజైనర్లు బిజీగా మారిపోతారు. వినియోగదారులను దృష్టిలో పెట్టుకుని వారి ఇష్టాయిష్టాలకు తగిన విధంగా డ్రెస్ డిజైన్ చేసి మార్కెట్లో విడుదల చేస్తారు. ప్రతి మనిషి తాను అందంగా, స్మార్ట్‌గా కనిపించాలని

కోరుకుంటాడు. ధరించే దుస్తులు ఆ వ్యక్తి అందాన్ని తగ్గించడం కానీ లేదా పెంచడం కానీ చేస్తాయి.

గౌరవాన్ని పొందడానికి గ్లామరస్ డ్రెస్ ఎంపిక చేసుకోవడం ఒక ప్రధాన విషయంగా నిలుస్తుంది. కాలాన్ని బట్టి ప్రజల వస్త్రధారణలో ఎన్నో విప్లవాత్మక మార్పులు వచ్చాయి.

ప్రస్తుతం చాలావరకు పాశ్చాత్య శైలిని అనుసరిస్తున్నారు. సంప్రదాయ దుస్తుల స్థానంలో వెస్టర్న్ దుస్తులను వేసుకోడానికి ఇష్టపడుతున్నారు.

సమ్మర్ కలెక్షన్స్ విషయమై ప్రస్తావించినప్పుడు ఎవ్వర్‌గ్రీన్ ఫ్యాషన్స్ డిజైనర్ మమత మాట్లాడుతూ 'ప్రస్తుతం మార్కెట్‌లో పోటీ యుగం కొనసాగుతోంది. మేము మా కస్టమర్ల ఇష్టాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని కొత్త కొత్త డిజైన్లను రూపొందిస్తున్నాము. మా డ్రెస్సులు ఎప్పుడూ గ్లామరస్‌గా ఉండాలని, వాటిని ఎవరు వేసుకున్నా వారి అందం మరింత పెరగాలని, ఎక్కడికి వెళ్లినా మా డ్రెస్‌లు వేసుకున్నవారు ఆకర్షణకి కేంద్రబిందువుగా మారాలని మేము ప్రయత్నిస్తుంటాం'

'కాలాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని ట్రెడిషనల్ సూట్, చీర, వెస్టర్న్ డ్రెస్ స్కర్ట్, టాప్, జీన్స్ లాంటి వాటిని డిజైన్ చేస్తుంటాం. డ్రెస్ డిజైన్ చేసేటప్పుడు డ్రెస్ అందంగా ఉండడంతోపాటు సౌకర్యంగా ఉండడానికి ఎక్కువ ప్రాధాన్యత ఇస్తాం' అని చెప్పారు.



రంగు కళ్లద్దాల హవా

ఒక అందమైన అమ్మాయి కళ్లకు నల్లని అద్దాలు, తల మీద వాలు టోపీ ఉంటే ఆమెను చూసిన వారు రెప్పవాల్చకుండా ఉండలేరు. అలా చూస్తూనే ఉండిపోతారు.

చంద్రుని అందాన్ని దగ్గర నుండి చూస్తున్నట్టు ఊహాజగత్తులో విహరిస్తూ తమని తాము మరిచిపోతారు. వేసవికాలంలో ఈ రంగు కళ్లద్దాలు, రంగు టోపీల హొయలు, అనుభవం జీవితాన్ని ఆహ్లాదభరితం చేస్తుంది.

టోపీలను, తలకట్టులను ధరించడం ప్రాచీనకాలం నుండీ ఉంది. కాలాన్ని బట్టి ఈ టోపీల రూపాల్లో, ఆకారాల్లో, డిజైన్లలో ఎన్నో మార్పులు వచ్చాయి.

ప్రస్తుతం పేరుపొందిన ఎన్నో కంపెనీలు టోపీల డిజైన్లు, క్వాలిటీ విష యంలో పోటీ పడుతున్నాయి. వినియోగదారులను ఆకర్షించడానికి మార్కెట్‌లో ఇవి రకరకాల డిజైన్లతో టోపీలను ప్రవేశపెడుతున్నాయి.

మనం రాణి ఎలిజబెత్‌ని చూసి ఉంటాం. ఆమె ప్రతి ఫొటోలోనూ టోపీతో కనిపిస్తారు. దాంతో ఆమె అందం ద్విగుణీకృతం కావడమే కాదు ఆమెకు టోపీలపై ఉన్న మక్కువను తెలియచేస్తుంది.

వేసవికాలం వస్తూనే రకరకాల కళ్ళద్దాల వెరైటీలు మార్కెట్‌లో వెల్లువెత్తుతాయి. వినియోగదారులను దృష్టిలో పెట్టుకుని బ్రాండెడ్ కంపెనీలు కొత్త కొత్త ప్రయోగాలతో ప్రచారం చేస్తుంటాయి. సినిమాల్లో హీరోయిన్ అందంతోపాటు వేసవి వేడిమిని తలపింప చెయ్యాలంటే దర్శకుడు నల్ల కళ్లద్దాలు, టోపీనే ఆశ్రయిస్తాడు.

సమ్మర్ ఫుట్‌వేర్ మాయాజాలం

ఫ్యాషన్ ప్రపంచంలో ఫుట్‌వేర్‌కు ఒక ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. అందులోనూ వేసవికాలంలో ఫుట్‌వేర్స్‌కు మరింత ప్రాముఖ్యం ఉంటుంది. ఈకాలంలో కొల్హాపురి స్లిప్పర్స్ గుర్తుకు వస్తాయి. ప్రస్తుతం బ్రాండెడ్ కంపెనీలు గాలి ధారాళంగా ప్రసరించే స్టయిలిష్ షూస్‌లను రూపొందించి వినియోగదారులకు అందచేస్తున్నాయి. ఇలాంటి ఫుట్‌వేర్ వేడి తాపం నుండి ఉపశమనాన్ని కలిగించడంతోపాటు చెమట రాకుండా చూస్తాయి. 'రీబోక్', 'పారగాన్' లాంటి సంస్థలు తమ వినియోగదారులను దృష్టిలో పెట్టుకుని ప్రత్యేకంగా షూస్, స్లిప్పర్స్ తయారుచేస్తున్నాయి. ఇప్పుడు ఆఫీస్‌కు వెళ్లేవారికి, పార్టీలకి వెళ్లేవారికి ప్రత్యేకంగా డ్యూరబుల్, ఫ్యాషనబుల్ ఫుట్‌వేర్ లభిస్తున్నాయి. మరి ఇక ఆలస్యం దేనికి? మీ మనసుకు నచ్చిన ఫుట్‌వేర్ ఎంపిక చేసుకుని ఎదుటివారి మనసులు గెలవండి. ●

దాంపత్యంలో 'సమస్య'ల సంకేతాలు

ఆదర్శవంతమైన దాంపత్యానికి పునాది నమ్మకం. భార్యాభర్తలు ఈ విషయాన్ని గుర్తుంచుకోవాలి

● డా॥ ఎమ్.కుమార్



కాలక్రమంలో భార్యాభర్తల మధ్య చిన్న చిన్న గొడవలు, గిల్లి కజ్జాలు రావడం సహజం. అయితే ఆ గొడవలతో ఏర్పడే చిన్న చిన్న చీలికలే భార్యాభర్తల దాంపత్య జీవితాన్ని కూల్చే సంకేతాలుగా గుర్తించి తమ తప్పొప్పులను సవరించుకోకపోతే నెమ్మదిగా వారి మధ్య ఉన్న ప్రేమ, ఆప్యాయత, సఖ్యత తగ్గిపోతాయి. తర్వాత ఆ చిన్న చీలికలే పూడ్చలేని అగాధాలుగా మారిపోతాయి. కాని చాలామంది దంపతులు ఈ సంకేతాలను గుర్తించక తమ కాపురాలను తామే కూల్చుకుంటారు. చిన్న, పెద్ద తేడా లేకుండా అన్ని విషయాల్లోనూ అపార్థాలు తొంగి చూసే అవకాశం ఉంటుంది. కాబట్టి సమస్యల సంకేతాలను మొగ్గగా ఉన్నప్పుడే తుంచివేస్తే తర్వాత ఏర్పడే అపార్థాలు జటిలమైన సమస్యలుగా మారకుండా జాగ్రత్త పడవచ్చు.

నిశ్శబ్దం రాజ్యమేలుతుంది

నవ్వుల పువ్వులు పూయిస్తూ సంతోష క్షణాల అనుభవాలను పంచుకుంటూ ప్రేమ నిండిన వాతావరణం సృష్టించుకుని భార్యాభర్తల మధ్య అన్యోన్యత, సంబంధాలలో మాధుర్యాన్నీ పెంపొందించుకోవచ్చు. అలా కాకుండా ప్రతి సందర్భంలోనూ మాటలకి బదులు నిశ్శబ్దం రాజ్యమేలుతున్నప్పుడు భార్యాభర్తలు దాని వెనుక ఉన్న కారణాలు వెతకడానికి ఆత్మ పరిశీలన చేసుకోవాలి.

చిన్న విషయాల్లోనూ భేదాభిప్రాయాలు

పుట్టి, పెరిగిన పరిస్థితులు, వాతావరణం ఒకటి కాకపోవడంతో భార్యాభర్తల ఆలోచనా పద్ధతుల్లో కొంత వైవిధ్యం ఉండటం సహజం. ప్రతి విషయంలో, ప్రతి సందర్భంలో వారి మధ్య ఏకాభిప్రాయం ఉండాలన్న నియమం ఏమీ లేదు. అలాగని ప్రతి చిన్న విషయంలో మాటి మాటికీ అభిప్రాయ భేదాలు రావడం, వాదనలు పెరగడం, ఆ వాదనలు గొడవలుగా మారడం, ఒకరిలో ఒకరి లోపాలను వెదుకుతుండటం లాంటి వాటిని అగాధం పెరుగుతుందనటానికి సంకేతాలుగా గుర్తించాలి. వీటిని అనుసరించి భార్యాభర్తలు తమని తాము నియంత్రించుకునే ప్రయత్నం చేయాలి.

అబద్ధాలకు ఆస్కారం

భార్యాభర్తల మధ్య ప్రేమ నమ్మకమనే పునాదిపై ఆధారపడి ఉంటుంది. కాని ఇద్దరూ చిన్న చిన్న విషయాల్లో సైతం అబద్ధాలాడటం, ఒకరినొకరు మోసం చేసుకోవడం, ఆ అబద్ధాల గురించి తెలియగానే మనసులో మధనపడటం లాంటివి జరిగినప్పుడు వారి మధ్య అంకితభావం సన్నగిల్లిందని అర్థం చేసుకోవాలి. ఆ బంధం ఏ



క్షణంలోనైనా తెగడానికి సిద్ధంగా ఉందనడానికి సంకేతమని భావించాలి. ఇద్దరి మధ్య సంబంధం పారదర్శకంగా ఉంటేనే ఒకరిపై ఒకరికి నమ్మకం పెరుగుతుంది.

సమస్యల సంకేతాలు

- ఇంట్లో నిశ్శబ్దం రాజ్యమేలడం
- తలుపులు పెద్ద శబ్దం చేస్తూ మూయడం, తెరవడం.
- ఇంట్లో వస్తువులను ఉపయోగించే పద్ధతిలో మార్పు రావడం.
- ప్రతి చిన్న విషయానికీ గొడవకు దిగడం, వాదించడం.
- ప్రశ్నిస్తే సమాధానాలు ఇవ్వకపోవడం.
- ఇంట్లో వస్తువులు విరగ్గొట్టడం, ఎత్తేయడం.
- ప్రతి చిన్న విషయంలో అవహేళనగా మాట్లాడటం.
- పడక గదిలో కాకుండా అలిగి వేరే పడక వేయడం.
- పడక గదిలో ఎడమొహం పెడమొహంగా నిద్రపోవడం.
- కోపంగా గదిలోకెళ్ళి గడియ వేసుకోడం.
- ఒకరితో ఒకరు అబద్ధాలాడటం.

నువ్వెంత అంటే నేనెంత

అపార్థాలు పెరగడం, తప్పులు జరిగినా ఒప్పుకోకపోవడం, నువ్వెంత అంటే నేనెంత అని వాదించడం చాలా ప్రమాదకరమైన సంకేతాలు. ఇలాంటి సమయంలో నిదానంగా ఆలోచించి ఒకరినొకరు అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చేయాలి.

స్నేహితులంటే కంపరం

భార్య అయినా, భర్త అయినా తమ పెళ్లికి ముందు వారి సంతోషాలను, బాధలను పంచుకునే ఆత్మబంధువులే స్నేహితులు. అలాంటి వారిని ఆదరించాలన్నది నిర్వివాదాంశం. అలా చేస్తే వారిద్దరి గురించి వారికి తెలియని విషయాలు ఎన్నో తెలుసుకుని ఒకరినొకరు ఇంకా బాగా అర్థం చేసుకునే అవకాశం ఇద్దరికీ లభిస్తుంది. దాంతో వారి మధ్య బంధం మరింత బలపడుతుంది. అలా కాకుండా భర్త సన్నిహితులు, స్నేహితులు ఇంటికి వచ్చినప్పుడు వారిని ఆదరించకపోవడం, అలాగే భార్యకు సంబంధించిన వారు వచ్చినప్పుడు భర్త పలకరించకుండా పట్టనట్టుగా ఉండటం, వచ్చిన వారి ముందే ఒకరినొకరిని కించపరచుకోవడం లాంటివి భార్యాభర్తల సంబంధాలను ప్రభావితం చేసే సంకేతాలు. వీటిని అధిగమించడానికి పరస్పర అవగాహన ఎంతో అవసరం.

విజయాలపై ఈర్ష్య

భార్యా భర్తల్లో ఏ ఒక్కరైనా, వారనుకున్న విజయాలు సాధిస్తే, ఆ విజయాలు ఇద్దరివి అన్న భావన వీరిలో ఉంటే ఆ సంసారం సుఖ సంతోషాలతో విలసిల్లుతుంది. కాని ఒకరి విజయాన్ని చూసి ఒకరు ఈర్ష్యపడటం, 'ఓస్ అంతేనా' అంటూ తేలికగా మాట్లాడటం జరిగినప్పుడు ఆ సంసారంలో సంతోషానికి తావు ఉండదు.

అహంభావం అందలమెక్కితే...

అహంభావం, ఆత్మాభిమానం లాంటి సమస్యలు విడాకుల వరకు తీసుకువెళతాయి. 'నేనెందుకు తగ్గాలి?' 'నేనే ఎందుకు చేయాలి?' లాంటివి మానాలి. ప్రతి చిన్న విషయాన్నీ గెలుపు ఓటములతో పోలుస్తూ 'ఎదుటి వారి గొప్పేంటి?' 'నా తక్కువేంటి?' అనే తత్వాన్ని విడనాడాలి. సమస్యలు జటిలంగా మారకుండా ఉండటానికి దంపతుల్లో పట్టు విడుపులు చాలా ముఖ్యం. పెళ్లికి అర్థం జీవితాన్ని పంచుకోవడం అని చెప్పుకున్నంత మాత్రాన ఇద్దరి వస్తువులు, నగదు వాడకంలో సమస్యలు రాకూడదు. 'నా వస్తువులను నువ్వు ఎందుకు ఉపయోగించావు?' 'ఇది నాది. అది నీది' లాంటి మాటలు పెరిగిపోయినప్పుడు ఆ కాపురం కూలడానికి ఎక్కువ రోజులు పట్టవు.

భార్యాభర్తలకి సలహాలు

- పొరపాటు ఉన్నా లేకున్నా ఇద్దరిలో ఒక్కరైనా తగ్గాలి.
- ఒకరు తగ్గినప్పుడు మరొకరు పట్టింపులకు పోకుండా జరిగిన విషయం అక్కడితో మరిచిపోవాలి.
- 'గతం గతః' అనే సూత్రాన్ని పాటించాలి.
- జీవితాన్నే పంచుకుంటున్నప్పుడు, ఇతరత్రా భౌతిక వస్తువులను పంచుకోవడం అలవరచుకోవాలి.
- లోపాలు అందరిలో ఉంటాయి. కాబట్టి వాటిని ఎత్తి చూపకుండా ఇద్దరూ ఆ లోపాలను స్వీకరించాలి.
- ఇద్దరూ ఒకరినొకరు అభినందించుకోవాలి.
- అనాలోచిత చర్యలకూ, మాటలకూ తావివ్వకూడదు.
- క్షమించడం, క్షమించమని అడగడానికి సంకోచించకూడదు.
- చప్పట్లు కొట్టడానికి రెండు చేతులూ కావాలన్న నిజాన్ని గ్రహించాలి.

లైంగిక వేధింపులు

ఆదర్శవంతమైన దాంపత్యంలో విడదీయరాని అంశం సెక్స్. ఒకరిపై మరొకరికి అంకితభావం, ప్రేమ, ఆప్యాయత, సంతోషం పెంచడానికి సహకరించే అంశం ఇది. అయితే భర్త సెక్స్ కోసం భార్యని వేధించడం, భార్య భర్తతో సహకరించకపోవడం, అయిష్టత చూపడం లాంటి కారణాలను దాంపత్యంలో సమస్యలకి సంకేతాలుగా గుర్తించాలి. తగిన సమయంలో కౌన్సిలింగ్ తీసుకుని సమస్యలు జటిలం కాకుండా చూసుకోవాలి. ●



రొమాంటిక్‌గా ఉండేవారంటే నాకు ఇష్టం

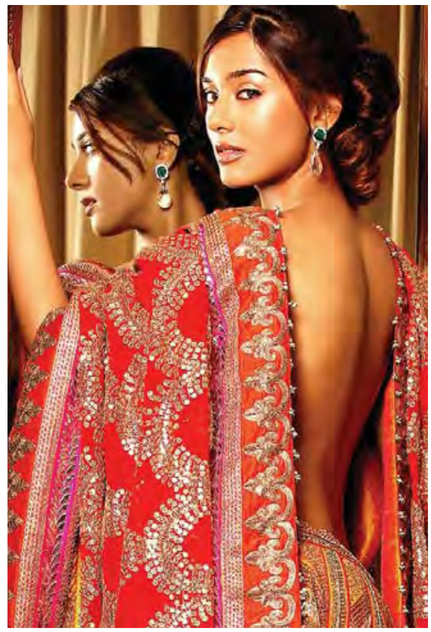
అమృతారావ్

మోడలింగ్ నుండి సినిమా వరకు ఆమె చేసిన ప్రయాణంలో ఎన్నో ప్రత్యేకతలు ఉన్నాయి. అయినా తానింకా చాలా దూరం వెళ్లాల్సి ఉందని ఆమె చెబుతుంటుంది

ఒక సాధారణ యువతిగా పేరున్న అమృతారావ్ ఇప్పుడు సక్సెస్‌ఫుల్ హీరోయిన్‌ల శ్రేణిలో చేరిపోయింది. ఆమె మోడలింగ్ ప్రపంచం నుండి క్రమంగా సినిమాల్లోకి వచ్చింది. 'కాడ్‌బరీ పెర్క్', 'ఫెనా', 'ఐ.సి.ఐ.సి.ఐ. బ్యాంక్', 'ఫెయిర్ అండ్ లవ్‌లీ' లాంటి అడ్వర్‌టైజ్‌మెంట్లు మొదలుకుని 'విక్టరీ', 'షార్ట్‌కట్' లాంటి పెద్ద సినిమాల వరకు ప్రయాణం చేసిన అమృతారావ్ ఒక 'సూపర్ స్టార్'. ఆమె ముంబైలో ఒక సినిమా షూటింగ్‌లో ఉన్నప్పుడు 'గృహశోభ' ఆమెతో ముచ్చటించింది. ఆ విశేషాల్లో కొన్ని.

'ఇష్క్ విష్క్' మొదలుకుని 'షార్ట్‌కట్' వరకు మీ ఏడు సంవత్సరాల సినిమా కెరీర్‌లో మీరు ఎంతోమంది హీరోలతో కలిసి పనిచేశారు. అయితే మీరు వీళ్లందరిలో ఎవరితో ఎక్కువగా కంఫర్టబుల్‌గా ఫీల్ అయ్యారు?

"అన్ని భాషలు కలుపుకుని నేను దాదాపు 25 సినిమాల్లో పని చేశాను. షారూఖ్‌ఖాన్ (మై హూనా) అక్షయ్‌కుమార్ (షార్ట్‌కట్) సంజయ్‌దత్ (వాహ్ లైఫ్ హోతా ఐసీ) షాహిద్‌కపూర్ (ఇష్క్ విష్క్, వివాహ్) న్యూకమర్ నిఖిల్ ద్వివేదీ (మై నేమ్ ఈజ్ ఏంథోని గొంజాలవిస్) ఆఫ్‌తాబ్ శివదాసాని (మస్తీ)తో కలిసి పని చేశాను. షారూఖ్‌తో కలిసి పని చేస్తున్నప్పుడు కుటుంబ వాతావరణంలో ఉన్నట్లు ఉండేది. నిఖిల్ మిమిక్రీ, షాహిద్ జోక్స్, ఎన్నో జ్ఞాపకం వస్తుంటాయి. కానీ అక్షయ్‌కుమార్ ప్రతి దృశ్యాన్నీ బాగా పండించాలని కృషి చేస్తుంటారు. అందరికంటే ఆయన ఎక్కువ శ్రమిస్తాడు"



'విక్టరీ' కథ అంతా హర్మన్ బవేజా చుట్టూ తిరుగుతుంటుంది. ఇందులో మీ పాత్ర చాలా చిన్నదని విన్నాం?

"విక్టరీ కథ క్రికెట్‌పై ఆధారపడింది. ఇది ఒక ప్రేమ కథ. ఇందులో మూడు ముఖ్యపాత్రలు ఉన్నాయి. హర్మన్, నేను, అనుపమ్ ఖేర్. ఈ చిత్రానికి ఒక ప్రత్యేకత ఉంది. ఇందులో 22 మంది క్రికెటర్‌లు ఒకేసారి మైదానంలో కనిపిస్తారు. ఇలా సినీ చరిత్రలోనే మొదటిసారి జరిగింది.

సుప్రసిద్ధ పెయింటర్ ఎమ్.ఎఫ్.హుస్సేన్ నాకు బాలీవుడ్‌లో 'అందరికన్న అందమైన హీరోయిన్' అని బిరుదు ఇచ్చాడు.

నా సినిమా 'వివాహ్' హుస్సేన్ చూశారు. నా వర్క్ ఆయనకి బాగా నచ్చింది. ఒకసారి ఆయన నన్ను ఒక పార్టీలో కలుసుకున్నప్పుడు ఒక సినిమాలో హీరోయిన్ పాత్రను ఆఫర్ చేశారు"

షాహిద్, అమృతల జంట రియల్ లైఫ్‌లోనూ హిట్ అవుతుందా?



రీల్ లైఫ్, రియల్ లైఫ్‌కు ఎంతో తేడా ఉంటుంది.

షాహిద్ ఒక మంచి వ్యక్తి. 'ఇష్క్ విష్క్'లో మేము మొదటిసారిగా కలిసి నటించాం. అది సూపర్ హిట్ అయ్యింది. ఆ తర్వాత షాహిద్‌తో కలిసి నటించిన 'వివాహ్' హిట్ అయ్యింది. ప్రేక్షకులు మా జంటను స్క్రీన్‌పై ఇష్టపడుతున్నారు. రియల్ లైఫ్‌లో ఎవరైనా వస్తే మీకు తప్పక చెబుతానని హామీ ఇస్తున్నాను"

షాహిద్ మీకు దగ్గరైనందున కరీనా అతనికి దూరమైంది? ఇది నిజమేనా?

"ఏమాత్రం కాదు. ఇది వారి వ్యక్తిగత విషయం. ఈ విషయంలో నేను ఎలాంటి కామెంట్స్ చేయను. నేను ఈ ఎపిసోడ్‌లో ఎక్కడా లేనని చెప్పదల్చుకున్నాను"

పెళ్లి గురించి మీ అభిప్రాయం ఏమిటి?

"పెళ్లా? అది (వివాహ్) 2006లోనే హిట్ అయింది కదా"

మేము 'వివాహ్' సినిమా గురించి మాట్లాడడం లేదు. అమృతారావ్ పెళ్లి గురించి మాట్లాడుతున్నాం?

"పెళ్లి చేసుకోవాలని ప్రతి యువతీ కలలు కంటుంది. మంగళ వాయిద్యాలు, గోరింటాకు, లైఫ్ పార్ట్‌నర్, హనీమూన్, వీడ్కోలు లాంటి దృశ్యాలు సినిమాల్లోనే ఇంత థ్రిల్ కలిగిస్తున్నప్పుడు నిజ జీవితంలో అవి ఎంత సుఖానుభూతి కలిగిస్తాయో? ఇక నా పెళ్లి విషయానికి వస్తే ఇంకా రెండు సంవత్సరాల వరకు కేవలం సినిమాలు మాత్రమే"

మీరు మీ జీవిత భాగస్వామిలో ఏం చూస్తారు?

"రొమాంటిక్ వ్యక్తులంటే నాకెంతో ఇష్టం"

హీరోయిన్ పాత్ర నిడివి తక్కువగా ఉన్నందున మీరు సల్మాన్‌ఖాన్ సినిమా ఆఫర్‌ను తిరస్కరించారా?

మీరు 'పోకిరి' రీమేక్ సినిమా 'వాంటెడ్' గురించి మాట్లాడుతున్నారా? దీనికోసం నిర్మాత బోనీకపూర్‌కు కావాల్సిన డేట్స్‌ను నేను మరొకరికి కేటాయించడంతో నేను ఈ సినిమా చేయలేకపోయాను. సల్మాన్‌తో కలిసి పని చేయడానికి మరో సినిమా గురించి చర్చలు జరుగుతున్నాయి"

మీరు నటించిన ఏయే సినిమాలు రాబోతున్నాయి?

"అనిల్‌కపూర్ హోమ్ ప్రొడక్షన్ సినిమా 'షార్ట్‌కట్' సిద్ధంగా ఉంది. మళయాళం సూపర్ హిట్ సినిమా 'ఉదయానాన్' ఆధారంగా దీన్ని రూపొందించారు. 'హుక్ యా క్రుక్' సినిమా షూటింగ్ నడుస్తోంది. అలాగే 'మేడం ఆయి ఎమ్ యోర్ ఎడమ్' సగానికిపైగా పూర్తయింది"

మీరు ఎదురు చూస్తున్న ప్రత్యేక సినిమా ఏదైనా ఉందా?

"అమితాబ్‌బచ్చన్‌తో కలిసి చేస్తున్న ఒక సినిమా గురించి ఎదురు చూస్తున్నాను. చంద్రప్రకాష్ ద్వివేదీ 'ది లిజెండ్ ఆఫ్ కుణాల్'లో పనిచేస్తున్నాను. ఇందులో మొదటిసారిగా అమితాబ్‌బచ్చన్, టబుతో కలిసి పని చేస్తున్నాను. ఈ సినిమాపై చాలా ఆశలు పెట్టుకున్నాను"

ఒక ఇంగ్లీషు పత్రిక మీకు 'ఫ్యూచర్ మాధురీ దీక్షిత్' అని బిరుదు ఇచ్చింది? అవునా?

"చూడండి, నేను మాధురీ దీక్షిత్‌కి ఒక గొప్ప అభిమానిని. ఆమె ఒక మంచి నటి అని చెప్పడంలో ఏమాత్రం అనుమానం లేదు. అయినప్పటికీ నేను నా పేరుతోనే గుర్తింపు రావడాన్ని ఇష్టపడతాను" - సునీత ●



చిత్రశోభ

నిన్న నేడు రేపు

చిత్రరంగంలో కొన్ని విచిత్రాలు జరుగుతుంటాయి. మనకు బాగా నచ్చి చేసిన సినిమాలు విడుదలైన రెండో రోజే డబ్బాలు తిరిగొస్తే 'నేను చేయను' అని తిప్పి కొట్టిన కథలు కొన్నిసార్లు బాక్సాఫీసు దగ్గర సంచలన విజయాన్ని అందుకుంటాయి. అప్పుడు 'అయ్యో' అంటూ తేలిగ్గా బాధపడుతుంటారు. ఇలాంటి అనుభవాలు తారాలోకంలో మామూలే. 'మీకూ ఇలాంటివి ఎదురయ్యాయా' అని ఈ మధ్య హన్సికను అడిగితే 'జరిగిపోయిన దాన్ని గురించి పదే పదే తలుచుకుంటే లాభం ఏముంది? సమయం వృథా. అంతే కాదు నిన్నటి గురించి ఈరోజు ఆలోచిస్తే రేపు ఉదయం కష్టంగా ఉంటుందని' చెప్పింది హన్సిక.





'వెంకీ'తో ఐదుగురు భామలు?

'లక లక లక' అంటూ బాక్సాఫీసు దగ్గర సంచలనం సృష్టించిన చిత్రం 'చంద్రముఖి' మాదిరిగా మరో సినిమా రూపుదిద్దుకుంటోంది. ఈ చిత్రంలో కథానాయకుడు వెంకటేష్ సరసన కథానాయికలు అనుష్క, కమలినీ ముఖర్జీలతో పాటు రిచా గంగోపాధ్యాయ, శ్రద్ధాదాస్, పూనమ్ కౌర్‌లు నటించనున్నారు.



తెలుగు తెరకు మరో బాలీవుడ్ భామ

తెలుగు తెరకు నడిచొచ్చిన ముంబై భామ నిధి 'బెట్టింగ్ బంగార్రాజు'ని బుట్టలో పడేసింది. లంగా ఓణీ అందాలతో పదహారణాల పల్లె పడుచుగా ఈ చిత్రంలో కనిపించింది. 'కళ్లకు కాటుక, చేతినిండా గాజులు, బారెడు జడ, అద్దంలో చూసుకుంటే నేను తెలుగు అమ్మాయినేమో అనిపించేలా ఉన్నాను. ఇక్కడి ప్రేక్షకులకు నచ్చాననంటోంది' నిధి.



దృష్టంతా 'నడు'మ్మీదే!

ఒక్కో ప్రాయంలో ఒక్కో విషయమ్మీద ధ్యాస వెళుతుంది. చిన్నప్పుడు ఆటలకు దూరంగా ఉండేవారు కాస్త వయసొచ్చాక వద్దన్నా క్రీడల్లో మునిగి తేలుతుంటారు. అప్పటిదాకా నచ్చని సంగీతం ఓ దశలో ఇట్టే మనసును కట్టిపడేస్తుంది. ఇలాంటి ఓ సంఘటన ఇలియానా జీవితంలోనూ జరిగిందట.

'నేను స్కూలుకు వెళ్లేటప్పుడు చాలా లావుగా ఉండేదాన్ని. కాలేజీలో అడుగు పెట్టాక కాస్త ఒళ్లు తగ్గాను. అందరూ నడుము బాగుంది అనడం మొదలుపెట్టారు. అంతే అప్పటి నుంచి నా దృష్టి నడుమ్మీద పడింది' అని చెప్పుకుంటుంది ఇలియానా.

సూటిగా చెప్పడమే సినిమా భాష

శేఖర్ కమ్ముల సినిమాలు అంటే చల్లని సాయంకాలం వేళ మంచి కాఫీ తాగినంత హాయిగా, గోదావరి తీరంలో గవ్వలతో ఆడుకున్నంత అల్లరిగా ఉంటాయనే తెలుసు. కానీ ఇప్పటి రాజకీయాలను సైతం తన కథల్లో ఇముడ్చుకోగలడనీ, వాటిపై తన భావాలను బాణంతో ఎక్కుపెట్టగలడని ఆయన చిత్రం 'లీడర్' నిరూపించింది. ఈ చిత్రం విజయోత్సవం సందర్భంగా మాట్లాడుతూ 'సూటిగా చెప్పడమే సినిమా భాష' అని నిర్వచించారు శేఖర్.



'డార్లింగ్' పాటలు హిట్

ప్రభాస్, కాజల్ జంటగా నటించిన చిత్రం 'డార్లింగ్'. ఈ చిత్రానికి కరుణాకరన్ దర్శకుడు. బీవీఎస్ఎన్ ప్రసాద్ నిర్మాత. జీవీ ప్రకాష్‌కుమార్ సంగీతాన్ని సమకూర్చారు. ఇటీవల విడుదలైన ఈ చిత్రంలోని పాటలు హిట్ అయ్యాయి. త్వరలో ఈ చిత్రం ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది.





'ఢిల్లీ ప్రెస్' ప్రచురించే తెలుగు పత్రికలు చదివేవారికి
సువర్ణావకాశం!!
గృహశోభ
ఆధునిక యువతుల అభిమాన పత్రిక
చంపక్
చిన్నారుల ప్రియనేస్తం
ఆరు వేలకుపైగా బహుమతులతో 'మా ఇంటికి రండి' అంటూ ఎందరో మహిళల అభిమానం చూరగొన్న ఏకైక మహిళా మాసపత్రిక 'గృహశోభ'. ఇంటి పనులు, వంటలు, కుట్లు, అల్లికలు, గృహాలంకరణ, సౌందర్య పోషణ, ఫ్యాషన్, డిజైనింగ్, హస్తకళలు, భార్యాభర్తల అనుబంధం, ఆరోగ్య సమస్యల విశ్లేషణ వంటి విభిన్నమైన అంశాలపై ప్రత్యేకమైన రచనలను 'గృహశోభ' అందిస్తోంది.
గృహశోభ
చంపక్
ఆరు దశాబ్దాలుగా చిన్నారులను అలరిస్తున్న ఏకైక బాలల మాసపత్రిక 'చంపక్'. ఇందులో చిన్నారుల కోసం కథలు, కార్టూన్లు, పజిల్, జి.కె. వంటి విషయాలే కాదు చిన్నారులు తెలుసుకోదగిన ఎన్నో విషయాలు ఉన్నాయి. వీటితోపాటు విజ్ఞానాన్ని, వినోదాన్ని అందించే మరిన్ని శీర్షికలు 'చంపక్' అందిస్తోంది.
నేడే 'గృహశోభ' చందాదారులుగా చేరండి!
కేవలం 175 రూపాయలు చెల్లించండి !
ఒక సంవత్సరం పాటు 'గృహశోభ' పత్రిక పొందండి!
+
'చంపక్' పత్రికలను ఉచితంగా పొందండి!
+
12 గేమ్స్ సీడీలను ఉచితంగా పొందండి!
'గృహశోభ' / 'చంపక్' పత్రికకు చందా చెల్లిస్తున్నాను.
పేరు : ....
చిరునామా : ....
....
నగరం / పట్టణం : .... రాష్ట్రం : .... పిన్ కోడ్ : ....
చందా మొత్తం రూ. .... (చెక్/డ్రాఫ్ట్/పోస్టల్ ఆర్డర్‌లను 'ఢిల్లీ ప్రకాషన్ వితరణ్ ప్రై లిమిటెడ్' పేరిట పంపించాలి)
బ్యాంకు / బ్రాంచి పేరు : ....
ఢిల్లీ కాకుండా ఇతర నగరాల చెక్కులు అయితే అదనంగా 20 రూపాయలు చెల్లించండి. చందా సొమ్ముతోపాటు ఈ కూపను జత చేయాలి. పెద్ద మొత్తంలో కొనుగోలు చేసేవారికి చక్కటి అవకాశం. సంస్థాగత చందాలు స్వీకరించబడతాయి. గ్రంథాలయాలకు, సాహితీ సంస్థలకు ప్రత్యేక సదుపాయం. కలదు. ఇతర వివరాలకు మా సర్క్యులేషన్ మేనేజర్‌ని సంప్రదించండి.
మీ చిరునామాను ఇంగ్లీషులోనే వ్రాయండి. మా చిరునామా :
Branch Office : Delhi Press, Sarita Agencies, 2-3-66,
Nallagutta Masjid Lane, Ramgopalpet,
Secunderabad – 500 003.
Ph : 040 - 32500586, 27890068.

'ఆరోగ్య సంరక్షణ ఇక ప్రభుత్వానిదే'

'ఆరోగ్య సంరక్షణ ఇక ప్రభుత్వానిదే' అమెరికాలో తీసుకు వచ్చిన ఈ కొత్త ఆరోగ్యచట్టాన్ని, ఎంతో విప్లవాత్మకమైందిగా చెప్పుకుంటున్నారు. అమెరికా అధ్యక్షులు బరాక్ ఒబామా పదవిలోకి వచ్చిన మొదటి సంవత్సరంలోనే ఇంతటి క్లిష్ట సమస్యకు సులువైన పరిష్కారం కనుగొనడంతో అందరూ ఆశ్చర్యాన్ని వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

అమెరికన్ పార్లమెంటులో ఎంతో తెలివిగా ఉంటే తప్ప ఏ విషయమైనా సభ్యులందరి ఆమోదం పొందడం అంత సులభం కాదు. వాస్తవంగా అమెరికన్ పౌరులు ఆరోగ్య సంరక్షణ విషయంలో దిగులు పడుతూ ఉన్నారు. అమెరికన్ పౌరులందరికీ ఆరోగ్య సేవలు ఎవరు అందిస్తారు?

దానికయ్యే ఖర్చు ఎవరు భరిస్తారు? అని అక్కడి ప్రజలు దిగులు చెందు తున్నారు. కారణం అక్కడ ఆరోగ్య సేవలు ఎంతో ఖరీదుగా ఉండడమే. ఆరోగ్యసేవలకుగాను పేదలు చాలా డబ్బు వెచ్చించాల్సి ఉంటుంది.

అందుకే ఇప్పుడు ప్రభుత్వం పౌరుల ఆరోగ్య సంరక్షణ బాధ్యతను తాను సగం తీసుకుని, మిగతా సగం బాధ్యతను ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీలపై, డాక్టర్లపై వేసింది. దీంతో కొంతమందిని మినహాయిస్తే మిగతావారందరికీ ఆరోగ్య సేవలు అందుబాటులోకి వస్తాయి. జేబులో డబ్బు ఉన్నా లేకపోయినా దాదాపు అందరూ చికిత్స పొందగలుగుతారు. ఒకవైపు వృద్ధుల సంఖ్య పెరుగుతూ పోతోంది. దానికి అనుగుణంగా రాబోయే 30 సంవత్సరాల్లో రిటైర్ అయిన వారికి ఆరోగ్య సేవలు అందించాల్సిన అవసరం ఏర్పడింది.

అమెరికాలో ఉన్న పౌరుల్లో కోట్ల సంఖ్యలో పిల్లలు లేని వారున్నారు. ఇలాంటివారు ప్రపంచంలో ఎక్కడ ఉన్నా వారి బాగోగులను వృద్ధ తల్లిదండ్రులు తాత, నాయనమ్మలు చూడలేరు.

అమెరికాలో కోట్లాది మందికి ఇన్సూరెన్స్ సౌకర్యం లేదు. అలాంటి వారు చికిత్స కోసం తమ జేబు లోంచి డబ్బులు తీయవలసిందే.

అయితే పేదరికంలో జీవిస్తున్నవారు మొదట్లో చికిత్సను అలక్ష్యం చేసి, వ్యాధి ముదరగానే అప్పుడు ఆసుపత్రి తలుపు తడతారు. దాంతో వారికి ఎక్కువ డబ్బు ఖర్చు అవుతుంది.

అమెరికాలో వచ్చిన ఈ కొత్త చట్టం ప్రకారం పేదవారికి సైతం ఇన్సూరెన్స్‌తో ఆరోగ్య సంరక్షణ, సేవలు లభిస్తాయి. ఇక ముందు ప్రతి అమెరికన్ పౌరుడు తప్పనిసరిగా ఇన్సూరెన్స్ పాలసీ తీసుకోవాలి. పేదవారి ఇన్సూరెన్స్ డబ్బును ప్రభుత్వం చెల్లిస్తుంది.

ఇలా చికిత్సకయ్యే ఖర్చులు ఎవరైనా భరిస్తారు. ప్రభుత్వ లెక్కల ప్రకారం ఒబామా ప్రభుత్వం కొత్త చట్టంతో పొదుపు జరుగుతుందని భావిస్తోంది. ప్రస్తుతం ప్రభుత్వం చేసే ఖర్చుల్లో కొన్ని తగ్గించుకుని ఎక్సైజ్ డ్యూటీ, ఇతర టాక్సులు విధించి డబ్బును సమకూర్చుకోవాలని కొత్త చట్టంలో ప్రస్తావించింది.

ఒక రకంగా చూస్తే అమెరికా కమ్యూనిజం దిశగా అడుగు వేస్తోందని అనిపిస్తోంది. కమ్యూనిస్ట్ ప్రభుత్వాలు తమ దేశ పౌరుల పూర్తి బాధ్యతను తీసుకుంటాయి. వారి చట్టాలు కూడా ఈ అంశానికి ప్రాధాన్యత ఇస్తాయి.

'ఆరోగ్య సంరక్షణ చట్టం' చూడడానికి బాగానే ఉన్నా, నిజానికి ఇది అమెరికన్ల భవిష్యత్తు భద్రత వైఫల్యాలను సూచిస్తోంది. అందుకే ప్రభుత్వం ఈ విషయంలో తలదూర్చవలసి వచ్చింది.

పరిశ్రమలను రక్షించడానికి అమెరికా తనకు పన్నుల రూపంలో వచ్చిన డబ్బుతో ఉద్యోగులను రక్షించిన విధంగానే ఇప్పుడు పౌరుల ఆరోగ్య సంరక్షణ విషయంలో సేవలు అందిస్తోంది.

అమెరికా పౌరుడు స్వంతంగా ఈ పని చేయలేడని చెప్పడానికి ఎలాంటి కారణం చెప్పలేము. వ్యక్తిగత సంపాదన, ఇతరుల దానధర్మాలతో సామాజిక సమస్యలకు పరిష్కారం లభించదు. అలా లభించనంత కాలం సమాజం వృద్ధిలోకి రాదు.

ప్రతీ పౌరుడు తన గురించి తాను ఆలోచించి నిర్ణయాలు తీసుకున్నప్పుడే సమాజం అభివృద్ధి పథంలో పయనిస్తుంది. నిస్సహాయ స్థితిలో ఉన్న పొరుగువాడి బాగోగులు చూడడం ప్రతి పౌరుడి బాధ్యత. ఇది ఒక తాత్కాలిక పరిష్కారం మాత్రమే.

ఒకవేళ అమెరికా ఇలాంటి సమస్యలకు పరిష్కారం కనుగొనక పోతే రాబోయే రోజుల్లో ఏర్పడే పరిస్థితులు సుడిగాలిలా చుట్టు ముట్టక తప్పదని చెప్పవచ్చు.

కొన్ని దశాబ్దాల తర్వాత ఇది ఒక రష్యాలాగానో ఆఫ్రికా దేశాల్లాగానో మారిపోయినా ఆశ్చర్యపోనక్కర్లేదు. అమెరికా కటింగ్ ఎడ్జ్ సామర్థ్యం ఇప్పుడు తగ్గిపోయింది. ఇక ఇది పెరగదు.



బతకండి! బతకనీయండి!!

'లివ్ ఇన్ రిలేషన్ షిప్' ఉన్న వారిని రక్షిస్తామని సుప్రీం కోర్టు కొత్త భాష్యం చెప్పగానే హంగామా చేసే మన మహిళా నాయకురాళ్లకు కొంత మాట్లాడే అవకాశం వచ్చింది. వయసులో ఉన్న ఒక ఆడ, ఒక మగ ఎలా ఉండాలన్నది అది వారి వ్యక్తిగత విషయం. ఇందులో సమాజానికిగానీ, ప్రభుత్వానికిగానీ జోక్యం చేసుకునే హక్కు లేదు. సుప్రీం కోర్టు ఇచ్చిన ఈ తీర్పు సరైనదే. 'లివ్ ఇన్ రిలేషన్ షిప్' సంబంధాలు కొత్తవేమీ కాదు. కాని ఇప్పుడు ఈ సంబంధాల్లో స్త్రీని ఒక ఉంపుడు గత్తెలాగా తక్కువ చేసి చూడలేము. ఇప్పుడామె సమాన భాగస్వామి. ఆమె తనకు తాను సంపాదించుకుంటూ తన కాళ్ళపై నిలబడి తనకు నచ్చిన విధంగా ఉండడం 'లివ్ ఇన్ రిలేషన్ షిప్' సంబంధాల్లో మామూలే. ఇలాంటి స్త్రీని ఉంపుడుగత్తెగా చూడడం తప్పని చట్టం చెబుతోంది.

స్త్రీ పురుష సంబంధాలు ఎప్పుడూ సామాజిక, ధార్మిక కట్టుబాట్లను తెంపుతూ వచ్చాయి. ఎవరి మీద మనసు పడ్డా వారిని సొంతం చేసుకున్నా ఏ సందర్భంలోనైనా ఎవరూ కూడా వారిని ఆపలేరు. ప్రస్తుత 'లివ్ ఇన్ రిలేషన్ షిప్' సంబంధాలలో ఇద్దరికీ సమాన హక్కులు ఉంటాయి. అయితే కొందరు 'లివ్ ఇన్ రిలేషన్ షిప్' సంబంధాలను అడ్డం పెట్టుకుని చట్టాన్ని మోసం చేసే అవకాశమూ ఉంది. ఒకవేళ స్త్రీ కఠిన స్వభావం ఉన్నదైతే పురుషుడు ఎన్నో కష్టాలు అనుభవించాల్సి ఉంటుంది. అలాగే పెళ్ళి చేసుకుంటానని సంవత్సరాల తరబడి నమ్మించి, ఒప్పించి, అనుభవించిన తర్వాత ఈ సంబంధాలను 'బలాత్కారంగా' చిత్రీకరించవచ్చు. అయితే అప్పుడు 'లివ్ ఇన్ రిలేషన్ షిప్'లో పుట్టిన పిల్లల విషయం ఏం కావాలి? ఇది ఒక జటిల సమస్యగా మారే అవకాశం



ఉంటుంది. 'లివ్ ఇన్ రిలేషన్ షిప్'లో ఉంటూ మూడో వ్యక్తితో చేసే స్నేహం ఇందులో ఉన్న అతి పెద్ద సమస్య. ఇందులో భర్త లేదా భార్య అనే స్టేటస్ ఉండదు కాబట్టి ఒంటరిదైన పార్టనర్ తనలో తాను కుమిలిపోవచ్చు. వాక్ అవుట్ చేయవచ్చు. కానీ అరిచి గోల చేయలేడు కేకలు వేయలేడు. ఎవరి సహాయమూ తీసుకోలేడు.

'లివ్ ఇన్ రిలేషన్ షిప్'లో జెలసీ లేకుండా ఉండాలి. మరి ఇది సాధ్యమవుతుందా? 'లివ్ ఇన్ రిలేషన్ షిప్'కు అసలు అర్థం బతకండి, బతకనీయండి. ఈ సంబంధాల్లో పార్టనర్‌కు పూర్తి స్వేచ్ఛ ఇవ్వాలి. ఇది పెళ్లి చేసుకున్న భార్యాభర్తల సంబంధంలో వీలుపడదు. 'లివ్ ఇన్ రిలేషన్ షిప్'లో తమంతట తాముగా తమ సామర్థ్యాన్ని పరీక్షించుకోవాలి. ఇదే సమానత్వపు అనుభూతిని కలిగిస్తుంది.

'లివ్ ఇన్ రిలేషన్ షిప్' కోసం ఒక ప్రత్యేక ఇల్లు కావాలి. ఈ సంబంధంతో ఉన్న వారికి పుట్టింటి రాకపోకలు ఉండవు.

ఒకవేళ ఇద్దరి మధ్య ఏదైనా గొడవ జరిగితే ఎవరి ఇంటికి వారు వెళ్లవలసి ఉంటుంది. ఇలాంటి సంబంధాల గురించి చట్టాలు చెప్పినా, చెప్పకపోయినా పార్టనర్స్ మాత్రం తమంతట తాముగా చట్టాలు తయారు చేసుకుని ఒక జడ్జిలాగా ప్రవర్తించాల్సి ఉంటుంది.

'గూడూ లేదు నీడా లేదు'

నిన్నటివరకు రాజకీయాలలో ఎంతో పలుకుబడి కలిగి ఉన్న అమర్ సింగ్‌ను సమాజ్‌వాది పార్టీ నుండి గెంటివేయగానే గాలి తీసేసిన బెలూన్‌లా అతని పరిస్థితి మారిపోయింది. ప్రస్తుతం ఆయన టీవీల్లో 'హాయ్ జయా హాయ్ జయా' అంటూ కనిపిస్తున్నాడు. ఈ జయ మరెవరో కాదు జయాబచ్చనే. ఈమె అమర్‌సింగ్‌తో కలిసి సమాజ్‌వాది పార్టీని వదిలి పెట్టకుండా అమితాబ్‌బచ్చన్‌లా తటస్థంగా ఉంటోంది. ఇటు ఉండాలా లేదా అటు వెళ్లాలా, మరెక్కడికైనా వెళ్లాలా అని బహుశా ఆలోచిస్తుందేమో!

అమర్‌సింగ్‌తో జతకట్టడానికి జయ సంకోచిస్తోంది. ఈ అమర్‌సింగ్ బెలూన్‌లో దమ్ము లేదు. ఈయన రాజకీయ ప్రస్థానం అగమ్యగోచరంగా మారింది. ఇంకో రకంగా చెప్పాలంటే సమాజ్ వాది పార్టీ కథ కంచికి చేరిపోయింది. ఇప్పుడు ఉత్తరప్రదేశ్‌లో కాంగ్రెస్, బహుజన సమాజ్ పార్టీ మధ్యే పోటీ నెలకొంది. సమాజ్ వాది పార్టీ ఇప్పుడు ఇండియన్ హాకీ టీమ్‌లా 7 లేదా 8వ స్థానంలోకి వచ్చి చేరింది. అయితే ఏదో పొందాలనే ఆరాటంతో వచ్చిన వారంతా సమాజ్‌వాది పార్టీ నుండి మెల్ల మెల్లగా తప్పుకుంటున్నారు. జయప్రద అమర్‌సింగ్‌తో కలిసి వెళ్ళింది. అనిల్ అంబానీ ఇప్పుడు అమర్‌సింగ్ వెంట కనిపించడం తగ్గిపోయింది. బహుశా ములాయం, కాంగ్రెస్‌తో ఏదైనా ఒడంబడిక చేసుకుని ఏదైనా పదవి పొందుతాడేమోనని గుసగుసలాడు కుంటున్నారు. కానీ రాహుల్ గాంధీ మాత్రం అరువు తెచ్చుకున్న పళ్లెంలో భోజనం చేస్తాడని ఎవరికీ అనిపించడం లేదు. అతడు ప్రస్తుతం చిన్న పట్టణాలలో రోడ్లపై తిరుగుతూ తాజా సమోసాలు, బ్రెడ్ పకోడీలను తింటూ ఆనందిస్తున్నాడు. అతనికి ఫైవ్‌స్టార్ అమర్‌సింగ్ లేదా ములాయంసింగ్ లాంటివారు అవసరం లేదు. ఒకవేళ అమర్‌సింగ్ ఇంట్లోనే మౌనంగా కూర్చుని ఉంటే అది ఒక విధంగా బాగుండేది. వయసు పైబడగానే హీరోయిన్స్ హాయిగా తల్లి పాత్రలు పోషిస్తుంటారు లేదా ఇంట్లో కూర్చుని మనుమలు, మనుమరాళ్ళతో



ఆడుకుంటూ ఉంటారు. ప్రస్తుతం అమర్‌సింగ్ చేయాల్సింది ఇదే. సొసైటీ గర్ల్స్ విషయంలో తరుచుగా ఇదే జరుగుతుంది. వారు వయసు కనబడనీయకుండా ఉండటానికి బ్యూటీ పార్లర్‌లను ఆశ్రయిస్తుం టారు. నానా రకాల ప్రయత్నాలు చేస్తుంటారు. రెచ్చగొట్టే దుస్తులు వేసుకుంటుంటారు. కానీ నిజానికి వారు తాము అలా చేస్తే నవ్వుల పాలైపోతామని అనుకోరు. తమ కాలం చెల్లిపోయిందని అసలు భావించరు. అమర్‌సింగ్ తన చేతిలో గారడీ బెత్తం పట్టుకున్న గాంధీ అయితే కాదు. జయాబచ్చన్ వయసు ప్రభావం పడకుండా ఉండే మహాశ్వేతాదేవి లాంటి విద్వాంసు రాలేమీ కాదు. పాలిటిక్స్, గ్లామర్ ప్రపంచంలో ఒక సమానత్వం ఉంటుంది. ప్రజలు విసిగెత్తితే స్టేజి వదిలి వెళ్ళిపోవాలి. కానీ వెళ్ళిపో అనే దాకా పరిస్థితి తెచ్చుకోకూడదు. ●



mohan
PUBLICATIONS
ఆధ్యాత్మిక గ్రంథనిలయం

అజంతా హోటల్ ఎదుట, కోటగుమ్మం,
రాజమహేంద్రవరము - 533101.
ఫోన్ : 0883 - 2462565
e-mail : mohanpublications@gmail.com

మావద్ద లభించు గ్రంథములు



వ్రత కథలు - పూజలు

1.	శ్రీ వినాయక వ్రతం	వెల రూ.	10-00
2.	శ్రీ విఘ్నేశ్వరపూజా-పుణ్యాహవాచనం		30-00
3.	శ్రీ విఘ్నేశ్వరపూజ (కాణిపాకక్షేత్రమాహాత్మ్యంతో)		10-00
4.	సంకష్టహరచతుర్థి శ్రీమహాగణపతి వ్రతం		30-00
5.	వరలక్ష్మీవ్రతం		10-00
6.	కేదారేశ్వర వ్రతం		10-00
7.	త్రినాధ వ్రతం(కలర్)		10-00
8.	త్రినాధవ్రతం(సాదా)		5-00
9.	క్షీరాబ్ధి వ్రతం		12-00
10.	మంగళ గౌరీవ్రతం		10-00
11.	వైభవలక్ష్మీవ్రతం ఫోటో యంత్రంతో		25-00
12.	శ్రీలక్ష్మీ కుబేర వ్రతం (ఫోటో యంత్రంతో)		25-00
13.	కనకమహాలక్ష్మీవ్రతం (కామేశ్వరీపాటతో)		25-00
14.	సంతోషీమాతా వ్రతం		25-00
15.	ఏడు శనివారాల వ్రతం		25-00
16.	సత్యనారాయణవ్రతం		25-00
17.	శ్రీ సువర్చలాహనుమద్దీక్ష		30-00
18.	శివదీక్ష		10-00
19.	కాత్యాయనీ వ్రతం		20-00
20.	సౌభాగ్య గౌరీవ్రతం		20-00
21.	తిరుప్పావై (ధనుర్మాసవ్రతం)		36-00
22.	స్త్రీల వ్రతకథలు		36-00
23.	స్త్రీలవ్రతకథలుస్థూలాక్షరి (నేదునూరిగంగాధరరావుగారు)		54-00
24.	పెళ్ళి పాటలు - స్త్రీలపాటలు (కామేశ్వరిపాటతో)		36-00
25.	సర్వదేవతా పూజావిధానం		25-00
26.	ఆరువ్రతాలు		30-00
27.	రాహుకాలంలోదుర్గాదేవీపూజా		10-00
28.	తులసి నిత్యపూజ, తులసీఉపయోగాలు		10-00
29.	శ్రీ చక్ర రహస్య విజ్ఞానమ్		36-00
30.	శ్రీచక్ర పూజావిధానం(పెద్దది)		36-00

31.	లక్ష్మీ - గౌరీ నిత్యపూజ	10-00
32.	శ్రీ సరస్వతీ నిత్యపూజ	10-00
33.	శ్రీ దుర్గానిత్యపూజ	10-00
34.	కాలభైరవ నిత్యపూజ	10-00
35.	శివపూజ	10-00
36.	వీరభద్ర పూజ	10-00
37.	ఆంజనేయ నిత్యపూజ	10-00
38.	నాగేంద్ర స్వామి పూజ	10-00
39.	సుబ్రహ్మణ్య నిత్యపూజ	10-00
40.	రామదేవుని కథ	10-00
41.	శివదేవుని కథ	10-00
42.	లక్ష్మీనరసింహపూజ	10-00
43.	వేంకటేశ్వరపూజ	10-00
44.	బ్రహ్మంగారి నిత్యపూజ	10-00
45.	సూర్య నిత్యపూజ	10-00
46.	నవగ్రహ నిత్యపూజ	10-00
47.	రుక్మిణీ కల్యాణం	25-00
48.	ఉమామహేశ్వర వ్రతం	36-00
49.	శ్రీ కామేశ్వరీ వ్రతం	36-00
50.	16 సోమవారముల వ్రతము	25-00
51.	పార్వతీకల్యాణం	25-00
52.	సహస్రకమలవర్తి వ్రతము	25-00
53.	పంచముఖ ఆంజనేయ పూజావిధానము	36-00
54.	అష్టనాగపూజ	36-00
55.	పూజలు ఎందుకుచేయాలి ?	36-00
56.	ఏ దేవునికి ఏపుష్పాలతో పూజించాలి?	36-00
57.	ఏ దేవునికి ఏప్రసాదం నైవేద్యం పెట్టాలి?	36-00
58.	ఏదేవునికి ఏవిధముగాదీపారాధనచెయ్యాలి?	36-00
59.	ఏదేవునికి ఎన్ని ప్రదక్షిణలుచేయాలి ?	36-00
60.	హనుమద్ వ్రతం	36-00
61.	పంచాయతన పూజ	63-00
62.	28 వ్రతములు	120-00
63.	కలశపూజలు (9ఒకేసారి)	150-00
64.	కలశపూజలు (విడివిడిగా) (ప్రింటులో)	....
65.	హ్రీంకార మహాయజ్ఞం (ప్రింటులో)	....
66.	గోమాత	40-00



స్తోత్రాలు సహస్రనామములు

1.	శ్రీ లలితా విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రాలు పురాణపండ రాధాకృష్ణమూర్తిగారి సంకలనం	45-00
2.	లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రములు (హిందీ) ,,	50-00
3.	లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రములు (ఇంగ్లీషు) ,,	50-00
4.	స్థూలాక్షరిలలితావిష్ణుసహస్రనామస్తోత్రములు(పత్రికసైజ్)	99-00
5.	లలితావిష్ణు (కేస్ బైండ్) 1/8 డెమ్మి	63-00
6.	స్థూలాక్షరీ లలితావిష్ణు (క్రౌన్‌సైజు)కేస్‌బైండ్	108-00
7.	సర్వదేవతా స్తోత్రమంజరి	120-00
8.	సకలదేవతా అష్టోత్తరశతనామావళిః (63)	24-00
9.	విష్ణుసహస్రనామస్తోత్రమ్ (క్రౌన్)	25-00
10.	లలితా సహస్రనామ స్తోత్రమ్ (క్రౌన్)	36-00
11.	లలితా సహస్రనామములు	24-00
12.	లక్ష్మీ సహస్రనామములు	24-00
13.	దుర్గా సహస్రనామములు	24-00
14.	ఆంజనేయ సహస్రనామములు	24-00
15.	శివ సహస్రనామములు	24-00
16.	విష్ణు సహస్రనామములు	24-00
17.	గణపతి సహస్రనామములు	24-00
18.	సుబ్రహ్మణ్య సహస్రనామములు	24-00
19.	గాయత్రి సహస్రనామములు	24-00
20.	లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రాలు	24-00
21.	శ్రీరామా సహస్రనామములు	24-00
22.	సరస్వతి సహస్రనామములు	24-00
23.	సూర్యసహస్రనామములు & ఆదిత్యహృదయం	24-00
24.	శ్రీవేంకటేశ్వరసహస్రనామములు	24-00
25.	మణిద్వీపవర్ణన (పెద్దది)	24-00
26.	సంధ్యావందనం	24-00
27.	మంత్రపుష్పమ్	....
28.	త్రిభాషా హనుమాన్‌చాలీసా	15-00
29.	హనుమాన్ చాలీసా	10-00
30.	మణిద్వీపవర్ణన (పాకెట్)	10-00
31.	ఆరు చాలీసాలు	10-00
32.	శివారాధన (శివస్తోత్రాలు)	10-00
33.	వేంకటేశ్వర సుప్రభాతం (పాకెట్)	10-00
34.	ఆరుదండకాలు	5-00
35.	వేంకటేశ్వర గోవిందనామములు	5-00

36.	అష్టలక్ష్మీ స్తోత్రమ్ కనకధారాస్తోత్రమ్	10-00
37.	దేవీఖడ్గమాలాస్తోత్రమ్ (మహిషాసురమర్దనీస్తోత్రంతో)	10-00
38.	సుందరకాండ (పాకెట్)	10-00
39.	భగవద్గీత మూలం	27-00
40.	రామరక్షాస్తోత్రమ్	15-00
41.	స్తోత్ర రత్నావళి	36-00
42.	పురాణపండ లలితా-విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రమ్(మినీ)	10-00
43.	పురాణపండ లలితాసహస్రనామస్తోత్రమ్(మినీ)	10-00
44.	పురాణపండ విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రమ్	10-00
45.	పురాణపండ ఆదిత్య హృదయం	10-00
46.	మంత్రపుష్పం (మినీ)	10-00
47.	శివానందలహరి-సౌందర్యలహరి	36-00
48.	కుజదోషం	10-00
49.	కాలసర్ప దోషం	10-00
50.	మీ అప్పులు తీరాలా?	10-00
51.	దృష్టిదోషాలు నివారణ	10-00
52.	పంచసూక్తములు	10-00
53.	సంధ్యావందనం	10-00
54.	రుద్రనమకమ్-చమకమ్	10-00
55.	గాయత్రీమంత్రాలు	10-00
56.	హయగ్రీవ స్తోత్రమాల	10-00
57.	దక్షిణామూర్తి స్తోత్రమాల	10-00
58.	ద్వాదశ జ్యోతిర్లింగాలు - పంచారామాలతో	10-00
59.	శ్రీసూక్తం పురుష సూక్తం	10-00
60.	నవగ్రహస్తోత్రమాల	36-00
61.	మహాన్యాసమ్	36-00
62.	సుందరకాండ గానామృతం	36-00
63.	గోమాతపూజావిధానము	10-00
64.	ఆనందసిద్ధి - 1 శ్రీదేవీ స్తోత్రమాల	108-00
65.	ఆనందసిద్ధి - 2 ఏ సమస్యకు ఏ స్తోత్రమ్ పారాయణచేయాలి	108-00
66.	ఆనందసిద్ధి-3 మానసదేవీ స్తోత్రమాల	108-00
67.	శ్రీ కాలభైరవ రక్షా కవచమ్	63-00
68.	అర్చన	40-00
69.	నిత్యదేవతార్చన	40-00
70.	సర్వదేవతా స్తోత్ర నిధి	99-00
71.	శ్రీచక్ర నవవరణార్చన	63-00
72.	చండీ సప్తశతి పారాయణ క్రమం	99-00
73.	శ్రీదేవి స్తోత్ర రత్నావళి 32 దేవి స్తోత్రాలకు తాత్పర్యంతో	99-00
74.	వనదుర్గా మంత్రానుష్ఠాన క్రమమ్	63-00
75.	శ్రీ కాలభైరవ వ్రతము	63-00



శ్రీ సాయి దత్త గ్రంథములు

1.	శ్రీ సాయిబాబా సచ్చరిత్ర	120-00
2.	సంపూర్ణ శ్రీ గురు చరిత్ర	120-00
3.	శ్రీ సాయిఆరాధన-షిర్డీవైభవం	120-00
4.	శ్రీ సాయిబాబా జీవిత చరిత్ర (క్రౌన్)	63-00
5.	శ్రీ గురుచరిత్ర (క్రౌన్)	63-00
6.	నవనాథ చరిత్ర	99-00
7.	శ్రీసాయిచరిత్ర (బైండు) ప్రయాణపుపారాయణగ్రంథం	63-00
8.	శ్రీగురుచరిత్ర (బైండు) ప్రయాణపుపారాయణగ్రంథం	63-00
9.	సత్యదత్తవ్రతం దత్తాత్రేయపూజాకల్పం,సహస్రంతో	30-00
10.	అనఘాదేవీ వ్రతం	30-00
11.	భక్తుల ప్రశ్నలకు బాబా జవాబులు	30-00
12.	శ్రీ సాయిపూజాకల్పం (సహస్రంతో)	25-00
13.	శ్రీ సాయిభజనమాల	20-00
14.	శ్రీ సాయి భజన్స్	20-00
15.	శ్రీ సాయిభక్తి గీతాలు	20-00
16.	శిరిడిహారతులు (భావంతో)	20-00
17.	"శ్రీసాయి"కోటి	27-00
18.	"శ్రీసాయిరామ్"కోటి	20-00
19.	శ్రీ సాయినాథ స్తోత్రమంజరి	10-00
20.	శ్రీ సాయివేయినామాలు	8-00
21.	శ్రీ సాయి హారతులు (పాకెట్)	15-00
22.	శ్రీ సాయి స్తవనమంజరి	10-00
23.	హిందీ శ్రీ సాయి హారతులు	15-00
24.	శని సింగణాపూర్ క్షేత్రమాహాత్మ్యం	63-00
25.	ఇంగ్లీషు శ్రీ సాయిహారతులు	15-00
26.	షిరిడి దర్శనం-శ్రీసాయి వైభవం	99-00
27.	సాయిసత్యవ్రతం	30-00
28.	సాయి అనుగ్రహమ్	120-00
29.	నవగురువారాల వ్రతకల్పము	15-00
30.	శ్రీదత్తలీలామృతము	99-00
31.	హృదయంలో సాయి	15-00
32.	శ్రీషిరిడీసాయి లీలామృతం(శ్రీసచ్చరిత్ర)	120-00
33.	గజాననమహరాజ్ చరిత్ర	99-00



జ్యోతిషాలు

1. 'కాలచక్రం' గంటలపంచాంగం (గార్గేయ)	72.00
2. **గ్రహభూమి పంచాంగము** (గార్గేయ)	108.00
3. **ఆనందసిద్ధి పంచాంగం** (వై.వి.శాస్త్రి)	63.00
4. **ములుగు వారి రాశిఫలితాలు** (12రాశులువారికి)	45.00
5. **ములుగు వారి రాశిఫలితాలు** విడివిడిగాఒక్కొక్కటి	12.00
6. కాలచక్రంజ్యోతిషక్యాలండర్	30.00
7. గ్రహబలం క్యాలండర్ (శ్రీనివాసగార్గేయ-భక్తిటివి)	30.00
8. శుభమస్తు (పిడపర్తి) క్యాలండర్	30.00
9. సాదా క్యాలండర్	5.00
10. పాకెట్ క్యాలండర్	15.00
11. తాజకనీలకంఠీయమ్	100-00
12. కేరళ జ్యోతిష రహస్యాలు	180-00
13. జ్యోతిష బ్రహ్మ రహస్యాలు	180-00
14. మానసాగరి జాతకపద్ధతి	180-00
15. వరాహమిహిర జాతకపద్ధతి	180-00
16. వధూవర వివాహమైత్రిద్వాదశకూటములు	99-00
17. సింపుల్ రెమిడీస్	180-00
18. శంభు హోరప్రకాశిక	250-00
19. పూర్వ పరాశరి	100-00
20. పరాశర జ్యోతిషవిజ్ఞాన సర్వస్వం	200-00
21. ప్రశ్న సింధు	99-00
22. నక్షత్ర విశేష ఫలితాలు	63-00
23. సూర్యసిద్ధాంతపంచాంగగణితంచేయడంఎలా?	180-00
24. దృక్సిద్ధాంతపంచాంగగణితం చేయడంఎలా?	180-00
25. ఆయుర్దాయ నిర్ణయం	63-00
26. జాతక గణిత ప్రవేశిక	63-00
27. జ్యోతిషమర్మబోధిని	63-00
28. జ్యోతిష ప్రశ్నోత్తరమాల	63-00
29. ముహూర్తం నిర్ణయించడంఎలా?	63-00
30. జాతక మకరందం	63-00
31. జ్యోతిష సరస్వతి	63-00
32. మీజననకాల విశేషాలు	63-00
33. ముహూర్త విజ్ఞాన భాస్కరం	63-00
34. జ్యోతిష స్వయంబోధిని	63-00
35. శుభముహూర్త శిరోమణి	63-00
36. నక్షత్ర ఫలమంజరి	36-00
37. పంచాంగం చూసే విధానం	36-00
38. సర్వార్థ జ్యోతిషం	36-00
39. ప్రాథమిక జ్యోతిషం	36-00
40. నవరత్నములు శుభయోగములు	36-00

41.	శుభశకునాలు	30-00
42.	హస్తరేఖాఫలితాలు	36-00
43.	సంఖ్యల్లో భవిష్యత్	36-00
44.	ముహూర్త దీపిక	99-00
45.	పుట్టుమచ్చలు ఫలితాలు	30-00
46.	కలలు ఫలితాలు	30-00
47.	జాతక చక్రం వేయడం ఎలా?	36-00
48.	మానసాగరి (ప్రాచీనజ్యోతిషగ్రంథం) -పుచ్చాశ్రీనివాసరావు	250-00
49.	జ్యోతిషశాస్త్ర చిట్కాలు	120-00
50.	గుప్తా శతాబ్ది పంచాంగం (1940-2050)	999-00
51.	ప్రశ్నచండేశ్వరమ్	63-00
52.	ద్వాదశభావ ఫలచంద్రిక	250-00
53.	జ్యోతిష శతయోగరత్నావళి (నూరుయోగాలఫలితాలు)	120-00
54.	అంగసాముద్రికం	36-00
55.	హస్త సాముద్రికం	63-00
56.	లాల్ కితాబ్	99-00
57.	శకునశాస్త్రం	63-00
58.	ఆధునికప్రశ్నశాస్త్రం	120-00
59.	పరాశరజ్యోతిష ప్రశ్నజ్యోతిషం	180-00
60.	అష్టకవర్గు (కొండపల్లి)	63-00
61.	బృహత్‌జాతకం (ప్రాచీనప్రతికిపునర్ముద్రణ)	250-00
62.	లగ్నరత్నాకరం	63-00
63.	షట్పంచాశిక	120-00
64.	40 రోజుల్లో జ్యోతిషంనేర్చుకొనండి	270-00
65.	40 రోజుల్లో సాముద్రికంనేర్చుకొనండి	180-00
66.	40 రోజుల్లో సంఖ్యాశాస్త్రం	180-00
67.	40 రోజుల్లో నక్షత్ర (నాడీ) ఫలితములు	270-00
68.	40 రోజుల్లో వైద్యజ్యోతిషం నేర్చుకోండి	250-00
69.	మీ పుట్టినతేదీ అద్భుతరహస్యాలు (సాయిగణపతిరెడ్డి)	270-00
70.	కె.పి.జ్యోతిషం (పరిచయం)	63-00
71.	ముహూర్తచింతామణి	99-00
72.	సూర్యచంద్ర గ్రహణములు	63-00
73.	ప్రసిద్ధవ్యక్తుల జాతకాలు (వేరేకొండప్ప)	180-00
74.	అదృష్టరెమెడీస్	144-00
75.	గ్రహసంచార ఫలనిర్ణయదీపిక	63-00
76.	జ్యోతిష రెమిడీస్	300-00
77.	జాతకమార్తాండం పాతప్రతికి యథాతథం (కొండపల్లి)	250-00
78.	జ్యోతిషవిద్యాప్రకాశిక పాతప్రతికి యథాతథం (కొండపల్లి)	250-00
79.	నాడీజ్యోతిషం	63-00
80.	నక్షత్రపారిజాతం (గోరసవీరభద్రాచార్య)	63-00

81. లగ్నపారిజాతం (గోరసవీరభద్రాచార్య)	63-00
82. గౌతమసంహిత	63-00
83. హోరరత్నమాల	63-00
84. జాతకఫల మణిమంజరి	200-00
85. పుష్కర పంచాంగం (2013-14నుండి 2024-25)	560-00
86. దశాభుక్తిఫల నిర్ణయం	250-00
87. వింత జోష్యములు	63-00
88. షోడశవర్గులు	200-00
89. రవిగ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
90. చంద్ర గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
91. కుజ గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
92. బుధ గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
93. గురు గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
94. శుక్ర గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
95. శని గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
96. రాహు & కేతు గ్రహముల సమస్త ప్రభావములు	99-00
97. ఆధునిక గ్రహములు-ఉపగ్రహములు సమస్త ప్రభావములు	99-00
98. ముహూర్తమార్తాండం	63-00
99. లఘుజాతకం	63-00
100. జాతకాలంకారము	63-00
101. మేషలగ్న ఫలితములు	99-00
102. వృషభ లగ్న ఫలితములు	99-00
103. మిధున లగ్న ఫలితములు	99-00
104. కర్కాటక లగ్న ఫలితములు	99-00
105. సింహలగ్న ఫలితములు	99-00
106. కన్యలగ్న ఫలితములు	99-00
107. తుల లగ్న ఫలితములు	99-00
108. వృశ్చిక లగ్న ఫలితములు	99-00
109. ధనుస్సు లగ్న ఫలితములు	99-00
110. మకర లగ్న ఫలితములు	99-00
111. కుంభ లగ్న ఫలితములు	99-00
112. మీన లగ్న ఫలితములు	99-00
113. నారద సంహిత	200-00
114. పంచాంగపీఠికలేఖికాగణితం	250-00
115. తారాబలం - చంద్రబలం (వేరే కొండప్ప)	99-00
116. సులభలగ్న సాధన (చిత్రాలగురుమూర్తిగుప్తా)	200-00
117. రాహు కేతువుల యోగము	99-00
118. ఛాయాగ్రహములు	99-00
119. జ్యోతిషవిజ్ఞాన దీపిక	63-00

బి.వి.రామన్ గారి గ్రంథములు

120. జ్యోతిష విద్యారంభం	50-00
121 గ్రహభావ బలములు	50-00
122. కాలచక్రదశ	50-00
123. అనుభవ ప్రశ్నాజ్యోతిషం	50-00
124. జ్యోతిషశాస్త్రంలో వాతావరణ భూకంపాలు	50-00
125. పురోగామి జాతకం	50-00
126. భావార్ధరత్నాకరం	75-00
127. భారతీయజ్యోతిష సర్వస్వం	75-00
128. అష్టకవర్గ పద్ధతిః	75-00
129. జ్యోతిషశాస్త్రంలో సందేహాలు,సమాధానాలు	75-00
130. ప్రశ్నతంత్ర	75-00
131. ముహూర్తం	75-00
132. విశిష్ట జాతకములు	125-00
133. భారతీయఫలితజ్యోతిషం	125-00
134. 300 ముఖ్యమైన యోగములు	125-00
135. జాతకంపరిశీలించడంఎలా ?	300-00

రాష్ట్రపతి అవార్డుగ్రహీత, మహామహోపాధ్యాయ, వాచస్పతి శ్రీ మధురకృష్ణమూర్తిగారి గ్రంథములు

136. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-1	200-00
137. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-2	200-00
138. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-3	200-00
139. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-4	200-00
140. భావార్థరత్నాకరము	100-00
141. ముహూర్త చింతామణి	100-00
142. ముహుర్త చింతామణి-పార్టు2	200-00
143. స్వప్న శాస్త్రము	36-00
144. శతయోగమంజరి	50-00
145. వ్రతనిర్ణయకల్పవల్లి	250-00
146. దైవజ్ఞవల్లభం	75-00
147. వసంతరాజశకునమ్ (బృహత్శకునశాస్త్రం)	250-00
148. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-1	100-00
149. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-2	200-00
150. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-3	100-00
151. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-4	200-00
152. అనుభవసులభవాస్తు - 1	50-00
153. అనుభవసులభవాస్తు - 2	100-00
154. పంచాంగ వివేకము	99-00
155. వశిష్ఠ సంహిత	360-00
156. పంచపక్షి శాస్త్రం (కేస్‌బైండ్)	200-00



వాస్తులు

1. 40 రోజుల్లో "వాస్తువిద్య" నేర్చుకొనండి	180-00
2. వాస్తుశాస్త్ర రహస్యములు	200-00
3. వాస్తునుబట్టి మీ ఇల్లు	63-00
4. మీరూ మీ వాస్తు	63-00
5. గృహవాస్తు చిట్కాలు	63-00
6. వాస్తు పూజ	63-00
7. వాస్తు సూత్రములు	63-00
8. వాస్తుశాస్త్ర రహస్యాలు	63-00
9. గృహవాస్తు వర్గులు	99-00
10. విశ్వకర్మవాస్తు శాస్త్రరీత్యా మీ ఇంటి ప్లానులు	63-00
11. విశ్వకర్మ వాస్తుశాస్త్రరీత్యా మీఇండ్లఆయములు	99-00
12. విశ్వకర్మ వాస్తు శాస్త్రం(చిత్రాలగురుమూర్తిగుప్తా)	180-00
13. ఆధునిక గృహవాస్తు	99-00
14. శుభవాస్తు	270-00
15. వాస్తుయంత్ర రత్నావళి	120-00
16. వాస్తుశాస్త్రం	120-00
17. హౌస్ ప్లాన్స్	63-00
18. గృహనిర్మాణ వాస్తు	63-00
19. వాస్తు రెమెడీస్	63-00
20. గృహవాస్తు దర్పణం	63-00
21. జ్యోతిష-గృహవాస్తుచంద్రిక	200-00
22. వాస్తురత్నాకరం (కొండపల్లి)	63-00
23. వాస్తుశిరోమణి ,,	120-00
24. వాస్తుసంగ్రహమ్ ,,	63-00
25. పంచవాస్తు పారిజాతం ,,	120-00
26. వాస్తుడిండిమమ్ ,,	63-00
27. వాస్తుదుందిభి ,,	120-00
28. విశ్వకర్మవాస్తుప్రకాశిక (కేస్‌బైండ్)	250-00
29. కృష్ణవాస్తుశాస్త్రము	63-00
30. జలవాస్తు,శల్యవాస్తు (దంతూరిపండరీనాథ్)	99-00
31. మయవాస్తు (గోరసవీరభద్రాచార్య)	120-00
32. వాస్తు జ్యోతి	63-00
33. మన ఇల్లు-మనవాస్తు	99-00
34. వాస్తవ వాస్తుపూజావిధానము	108-00
35. వాస్తు దర్పణం	120-00



మంత్రశాస్త్రాలు



1.	మంత్రసాధన	63-00
2.	తంత్రజాలం	63-00
3.	మంత్రశక్తి	63-00
4.	దత్తాత్రేయ తంత్రవిద్య	63-00
5.	దత్తాత్రేయ మూలికాతంత్రమ్	63-00
6.	తాంత్రిక పంచాంగం	63-00
7.	యక్షిణీ తంత్రం	63-00
8.	మంత్రానుష్ఠాన చంద్రిక	63-00
9.	సర్వదేవతా మంత్రకవచములు	63-00
10.	మంత్రాక్షరాలరహస్యం (బీజాక్షరనిఘంటువు)	63-00
11.	సర్వదేవతా మంత్రరత్నావళి	63-00
12.	సదాచార దీపిక	63-00
13.	యోగినీ-వామకేశ్వరతంత్రం	63-00
14.	ప్రపంచసారతంత్రం	63-00
15.	బదనిక తంత్రమ్	63-00
16.	ఉచ్ఛిష్ట గణపతి తంత్రమ్	63-00
17.	గుప్త సాధన తంత్రం	63-00
18.	గంధర్వ తంత్రమ్	63-00
19.	సౌందర్యలహరి (మంత్రయంత్రరత్నావళి)	63-00
20.	యంత్ర మంత్ర తంత్ర	63-00
21.	పాశుపత తంత్రం	99-00
22.	పంచదశ మహాఖడ్గ తంత్రం	99-00
23.	రుద్రాష్టాధ్యాయః	99-00
24.	మంత్రసిద్ధి	120-00
25.	పరశురామతంత్రమ్	108-00
26.	శ్రీలలితావిలోమ పంచదశీ	108-00
27.	శ్రీ గురు తంత్రం	108-00
28.	గాయత్రీ తంత్రమ్	108-00
29.	మహాశక్తి మంత్ర తంత్ర రహస్యాలు	150-00
30.	శ్రీ దుర్గ తంత్రమ్	200-00
31.	మహామృత్యుంజయఅమృతపాశుపతమ్	200-00
32.	సర్ప (నాగ)తంత్రం	250-00
33.	హవన తంత్రం	250-00
34.	షోడశనిత్యతంత్రం	250-00
35.	శాక్తేయతంత్రం	250-00

36. రుద్రయామళతంత్రం	250-00
37. లక్ష్మీప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250-00
38. హిరణ్యశూలినీ తంత్రమ్	250-00
39. మాయాప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250-00
40. శ్రీ విశ్వరూప ప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250-00
41. స్వర్ణాకర్షణభైరవతంత్రం	250-00
42. కాశీవిశాలాక్షి తంత్రం	250-00
43. శాంతితంత్రమ్	250-00
44. యంత్రసిద్ధి	360-00
45. శ్రీ లక్ష్మీతంత్రమ్	360-00
46. మంత్రమహోదధి (స్త్రీదేవతాకల్పమ్)	360-00
47. మంత్రమహోదధి (పురుషదేవతాకల్పమ్)	360-00
48. మంత్రశాస్త్రం (గ్రంథము)	360-00
49. ప్రత్యంగిరాకృత్యాతంత్రం	360-00
50. కామధేనువు తంత్రం	360-00
51. శూలినీదుర్గాతంత్రం	360-00
52. శ్రీవిద్య రహస్యం	290-00
53. కులార్ణవ తంత్రమ్	150-00
54. ఆచార్య సిద్ధ నాగార్జునతంత్రం (ఒరిజనల్)	390-00
55. సిద్ధమూలిక రహస్యం (మంత్ర,యంత్రసహితం)	63-00



గ్రంథాలు - ఆరాధనలు

1. భగవద్గీత శ్లోక తాత్పర్య సహితం	54-00
2. భగవద్గీత (వచనం)	99-00
3. భగవద్గీత శ్లోకతాత్పర్యం-కేసుబైండింగ్	72-00
2. గణేశ ఆరాధన 1	99-00
3. గణేశోపాసన 2	99-00
4. నవగ్రహవైభవం	99-00
5. నవగ్రహ రెమెడీస్	99-00
6. నవగ్రహ వేదం	99-00
7. శనిగ్రహారాధన	99-00
8. ఆదిత్యారాధన	99-00
9. సుబ్రహ్మణ్యారాధన	99-00
10. శ్రీ శివ ఆరాధన	99-00
11. లక్ష్మీఆరాధన	99-00
12. హనుమదారాధన	99-00
13. లలితారాధన	99-00

14.	శ్రీ చక్రారాధన	99-00
15.	గాయత్రీ ఆరాధన	99-00
16.	వీరభద్రారాధన	99-00
17.	కుజగ్రహారాధన	99-00
18.	భైరవారాధన	99-00
19.	దైవారాధన	99-00
20.	గీతారాధన (భగవద్గీత శ్లోకతాత్పర్యసహిత)	99-00
21.	శ్రీవేంకటేశ్వరాధన	99-00
22.	హయగ్రీవారాధన	99-00
23.	లక్ష్మీనరసింహారాధన	99-00
24.	శ్రీ బాలాత్రిపురసుందరీ స్తోత్ర కదంబం	99-00
25.	దేవీ లీలామృతం	99-00
26.	పురాణపండ సుందరకాండ వచనం	99-00
27.	పురాణపండ రామాయణం	99-00
28.	పురాణపండ భారతం	99-00
29.	పురాణపండ భాగవతం	99-00
30.	(సూరి) వాల్మీకి రామాయణం	99-00
31.	కాలసర్ప యోగం	99-00
32.	నిత్య జీవితములో రుద్రాక్షలు	99-00
33.	నిత్య జీవితములో నవరత్నాలు	99-00
34.	వేదసూక్తములు	99-00
35.	వేమన పద్యసారామృతం	99-00
36.	పండగలు పర్వదినాలు	99-00
37.	సూక్తిరత్నాలు	99-00
38.	హనుమచ్చరిత్ర	99-00
39.	నవగ్రహ దర్శనమ్	99-00
40.	నిత్యజీవితంలో నవగ్రహాలు	99-00
41.	సాలగ్రామములు	99-00
42.	గురుశుక్ర ప్రభావము చంద్రకళానాడీ	99-00
43.	శనిగ్రహరెమిడీస్	99-00
44.	జాతకసుధాసారము-జాతకమోక్షప్రదాయిని	99-00
45.	వివాహజ్యోతిషమంజరి-మ్యారేజ్‌మ్యాచింగ్‌గైడ్ (సాయిగణపతిరెడ్డి)	99-00
46.	మీపుట్టినతేదీనిబట్టి మీజీవితరహస్యాలు (న్యూమరాలజీ లైఫ్‌గైడ్) ,,	99-00
47.	మీఅదృష్టానికి (పేరు) నేమ్‌కరక్షన్ ,,	99-00
48.	న్యూమరాలజీ రెమిడీస్	99-00
49.	మూకపంచశతీ	99-00
50.	శ్రీరామకర్ణామృతం	99-00
51.	రహస్యకుక్కుటశాస్త్రం	300-00
52.	ఉపాసన విధానం	99-00
53.	పంచమవేదం మహాభారతం	99-00

54. దేవుళ్ళు డాట్ కామ్		99-00
55. గణపతిభాష్యం		99-00
56. యజుర్వేద ఉపనయనవివాహప్రయోగమంజరి		99-00
57. నవయోగులు		99-00
58. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోనిదర్శించవలసిన ప్రముఖదర్గాలు		99-00
59. సకలదేవతాఅష్టోత్తరాలు(పెద్దది)-(180అష్టోత్తరశతనామావళులతో)		99-00
60. సకలదేవతా అష్టోత్తరశతనామావళులు (కేస్‌బైండింగ్)		216-00
61. సకలదేవతా సహస్రనామములు		99-00
62. ఆధ్యాత్మిక సూక్తి నిధి		99-00
63. బ్రాహ్మణులు గోత్రాలు,ప్రవరలు		99-00
64. సర్వదేవతాస్వరూపుడు శ్రీ వేంకటేశ్వరుడు		99-00
65. శ్రీ లక్ష్మీసన్నిధి		99-00
66. శ్రీలక్ష్మీగణపతి హోమకల్పం		99-00
67. మార్షల్‌ఆర్ట్స్ (కరాటే,కుంగ్‌ఫూనేర్చుకోండి)		99-00
68. మ్యాజిక్‌గైడ్		99-00
69. చదరంగం		99-00
70. పంచముఖ హనుమత్ వైభవం		63-00
71. గరుడపురాణం		40-00
72. మాఘపురాణం		36-00
73. శివపురాణం		36-00
74. వైశాఖపురాణం		36-00
75. కార్తీక పురాణం		36-00
76. కార్తీక పురాణం (చిన్నది)		25-00
77. సర్వకార్యసిద్ధికి రామాయణపారాయణ		63-00
78. పెద్దబాలశిక్ష		50-00
79. గాయత్రీ మహిమ		36-00
80. వృక్షదేవతలు		63-00
81. యాజుష స్మార్త సంస్కార చంద్రిక		200-00
82. సనాతనవైదిక బ్రాహ్మణస్మార్తాగమకల్పమ్		150-00
83. చతుర్వేదములు		120-00
84. నవగ్రహారాధన		120-00
85. తాళపత్ర సమాహార గోపురం		120-00
86. మనుధర్మ శాస్త్రం (వచనంలో...) (కేస్‌బైండు)		250-00
87. మానవధర్మములు		120-00
88. వేదమంత్ర సంహిత		120-00
89. సహస్రలింగార్చన		120-00
90. శ్రీ శివగీత		120-00
91. ద్వాదశఉపనిషత్తులు		120-00
92. పురాణపండవారి సౌందర్యలహరి	(కేస్‌బైండ్)	250-00
(శ్లోకతాత్పర్యసహిత విపులవ్యాఖ్యతో)	సాదా	120-00
93. బృహత్ శివ స్తోత్ర రత్నాకరము		200-00
94. బృహత్ దేవీ స్తోత్రరత్నాకరము		200-00
95. బృహత్ విష్ణు స్తోత్రరత్నాకరము		200-00

96. కేదారనాథ్ బదరీనాథ్ యాత్రాగైడు	63-00
97. దక్షిణావృత శంఖములు	63-00
98. 108 దివ్యదేశాల విష్ణుక్షేత్రదర్శని	36-00
99. ధర్మసింధువు(కేస్‌బైండింగ్)	270-00
100. భారతీయ శైవక్షేత్రయాత్రాదర్శిని	99-00
101. చిలుకూరి బాలాజీచరిత్ర	36-00
102. భగవత్‌స్తుతి	63-00
103. సూర్యోపాసన	36-00
104. కాశీఖండం	250-00
105. దేవీభాగవతం	360-00
106. శ్రీ ఆంజనేయం	216-00
107. ధర్మసందేహాలు	216-00
108. ఆధ్యాత్మిక దైవిక వస్తువులు	250-00
109. రామాయణం	600-00
110. పోతన భాగవతం	900-00
111. శివమంత్రములు	63-00



వైద్య గ్రంథాలు

1. ఆహారం ఆరోగ్యం	36-00
2. మూలికావైద్య చిట్కాలు	36-00
3. ఆయుర్వేద వైద్య చిట్కాలు	30-00
4. గృహవైద్య రహస్యాలు	36-00
5. గృహవైద్యసారం	36-00
6. హోమియోవైద్యం (ద్వాదశలవణచికిత్స)	63-00
7. ప్రకృతివైద్యం	36-00
8. ఆహారం-వైద్యం	99-00
9. సంపూర్ణ ఆయుర్వేద-చిట్కా వైద్యం	99-00
10. ఆయుర్వేదమ్	36-00
11. ఆయుర్వేద మూలికావైద్యదీపిక	99-00
12. దుంపకూరలు, ఆకుకూరలు, కాయగూరలు (వాడకం - ఉపయోగాలు)	99-00
13. ఏకమూలికావైద్యం	99-00
14. అష్టాంగ హృదయం (4భాగాలు)	1200-00
15. రహస్యసిద్ధయోగవైద్యసారమ్	99-00
16. ప్రాథమిక హోమియోవైద్యం	99-00
17. ఒబెసిటీ	99-00
18. హెల్త్‌గైడ్	99-00
19. ఆయుర్వేదం-జీవనవేదం	99-00
20. ఫుడ్‌థెరపి	63-00

21. న్యాచురల్‌థెరపి	99-00
22. సంపూర్ణఆరోగ్యానికి 20ని॥	63-00
23. కీళ్ళనొప్పులు మీ సమస్యలైతే...	99-00
24. యోగామంత్ర	63-00
25. యోగా మండే టు సండే	63-00
26. హెర్బల్ మెడిసిన్-హెల్త్‌టుడే	99-00
27. హెల్త్‌ఫైల్	108-00
28. వస్తుగుణపాఠం	250-00
29. రసాయన వాజీకరణ తంత్రం	150-00
30. వస్తుగుణ మకరందం	400-00
31. నాటువైద్యం -(కేస్‌బైండ్)	360-00
32. నాటువైద్యం (చిన్నది)	99-00
33. ప్రాణాయామము-యోగ	63-00



అయ్యప్ప - భవానీ రకాలు

1. శ్రీ అయ్యప్ప లీలామృతం	30-00
2. శ్రీ అయ్యప్ప భజనపాటలు	63-00
3. శ్రీ అయ్యప్ప పూజాకల్పం	20-00
4. శ్రీ అయ్యప్ప భక్తి గీతాలు	20-00
5. హారతిగైకొనుమా	40-00
6. శ్రీ అయ్యప్ప దీక్ష F	10-00
7. శ్రీ అయ్యప్ప భజనమాల F	10-00
8. శ్రీ అయ్యప్ప నిత్యపూజ P	10-00
9. శ్రీ అయ్యప్ప నిత్యనియమావళి P	10-00
10. భవానీదీక్ష (శ్రీ భవానీ లీలామృతం)	36-00
11. దేవీలీలామృతం	99-00
12. శ్రీ దేవీ పూజాకల్పం	20-00
13. దేవీ భక్తిగీతాలు	20-00
14. భవానీదీక్ష P	10-00
15. దేవీ భక్తిమాల F	10-00
16. శ్రీ అయ్యప్ప భజనావళి	120-00
17. అయ్యప్పపూజావిధి (జేసుదాసుసాంగ్స్‌తో)	24-00



భజనలు - కీర్తనలు

1.	అన్నమయ్య కీర్తనలు	20-00
2.	శ్రీరామదాసు కీర్తనలు	20-00
3.	సర్వదేవతా మంగళహారతులు	20-00
4.	వసుంధర మంగళ హారతులు	25-00
5.	సౌభాగ్య దేవతా మంగళహారతులు	36-00
6.	సర్వదేవతా భజనలు	36-00
7.	చిట్టి పొట్టి పాటలు	10-00
8.	జాతీయ గీతాలు	10-00
9.	దేశభక్తి గీతాలు	36-00
10.	పండుగలు-పుణ్యక్షేత్రాలు భక్తిగీతాలు	36-00
11.	గొబ్బిళ్ళపాటలు,లాలిపాటలు,కోలాటపాటలు	36-00
12.	అన్నమయ్య సంకీర్తనలు	99-00
13.	పెళ్ళిపాటలు-స్త్రీలపాటలు	36-00
14.	భక్తానంద భజనకీర్తనలు(ఓల్డ్‌సినీస్టైల్)	36-00
15.	సర్వదేవతాభక్తిమణిమాల	36-00
16.	బతుకమ్మ ఉయ్యాల పాటలు	36-00
17.	అన్నమయ్య సంకీర్తనానిధి(1000కీర్తనలు)	270-00



హిట్ సాంగ్స్



1.	ఘంటసాల భక్తిగీతాలు-భగవద్గీత	36-00
2.	ఎస్.పి.బాలు భక్తిగీతాలు	36-00
3.	ఘంటసాల సుమధురగీతాలు	99-00
4.	పి. సుశీల సుమధురగీతాలు	99-00
5.	ఎస్.పి. బాలు సుమధురగీతాలు	99-00
6.	ఎస్.జానకి సుమధురగీతాలు	99-00
7.	వేటూరి సుందరరామమూర్తిహిట్స్	99-00
8.	సర్వదేవతా సినీభక్తిగీతాలు	99-00



స్త్రీలకు ఉపయుక్త పుస్తకములు

1.	శ్రీకాంతామణి వంటలు (వెజ్)	63-00
2.	శ్రీకాంతామణి వంటలు (నాన్‌వెజ్)	63-00
3.	శాకాహార వంటలు	30-00
4.	మాంసాహారవంటలు	30-00
5.	చిట్టిచిట్కాలు	30-00
6.	అందానికి చిట్కాలు	30-00
7.	పిల్లల పేర్లు (పెద్దది)	30-00
8.	పిల్లల పేర్లు (చిన్నది)	10-00
9.	లేటెస్ట్ ఎంబ్రాయిడరీ శారీబోర్డర్స్	36-00
10.	లేటెస్ట్ ఎంబ్రాయిడరీ డిజైన్స్	36-00
11.	చిన్నారులకు చిరుతిళ్ళు	30-00
12.	పసందైన ఫాస్ట్‌ఫుడ్ వంటలు	30-00
13.	పలావ్‌లు, ఫ్రైడ్ రైస్‌లు, వెరైటీరైస్‌లు	30-00
14.	వేపుళ్ళు-ఇగుర్లు	30-00
15.	బ్రేక్‌ఫాస్ట్ వంటలు	30-00
16.	పండుగలలో చేసుకొనే పిండివంటలు	30-00
17.	మైక్రోవోవెన్ వంటలు	99-00
18.	సర్వదేవతాభక్తిమాల	36-00
19.	పిల్లలపేర్లు (బాబు)	36-00
20.	పిల్లలపేర్లు (పాప)	36-00
21.	మోడ్రన్ మెహంది (గోరింటాకు డిజైన్స్)	36-00
22.	మోడ్రన్ పిల్లలపేర్లు	99-00
23.	నోరూరించే నాన్‌వెజ్‌వంటలు	99-00
24.	మోడ్రన్ టైలరింగ్ (లేడీస్ & జెంట్స్)	99-00

వివిధ రకములు

ఎందరోమహానుభావులు	270-00
యోగాసనాలు	36-00
సూర్యనమస్కారములు	36-00
పొడుపు కథలు (చిన్నవి)	10-00

హిందీ-తెలుగు-స్వబోధిని	20-00
ఇంగ్లీషు-తెలుగు-స్వబోధిని	20-00
జనరల్ నాలెడ్జ్	20-00
నూరు ఎక్కాలు	10-00
1-100 టేబుల్ బుక్	10-00
1-100 టేబుల్‌బుక్ (క్రౌన్‌సైజు)	4-50
శ్రీరామకోటి	27-00
శ్రీశివకోటి	27-00
మేజిక్	30-00
అంకెలతో గారడీ	30-00
హృదయస్పందన (కవితలు)	30-00
వాత్స్యయన కామసూత్రాలు	36-00
ఎ.పి.టూరిస్ట్ గైడు	36-00
ఇంద్రజాల రహస్యాలు	30-00
మహేంద్రజాల రహస్యాలు	30-00
శరీరభాష (బాడీ లాంగ్వేజ్)	99-00
క్రియాయోగం	36-00
ఆనందంగా జీవిద్దాం	99-00
హరిశ్చంద్ర నాటకం	50-00
వాత్సాయనకామసూత్రాలు	99-00
పంచసాయకం	99-00
రతిరహస్యాలు	99-00
అనంగరంగం (కంభంపాటి స్వయంప్రకాష్)	99-00
శృంగారకేళి (కంభంపాటి స్వయంప్రకాష్)	99-00
గాయత్రీవిజ్ఞాన్	99-00
చింతామణి (నాటకం)	50-00
బాలనాగమ్మ	50-00
కాళహస్తి స్త్రీల వ్రతకథలు	36-00
కాళహస్తి రామాంజనేయ యుద్ధం(బదిరెడ్డి)	50-00
కాళహస్తి గోవింద నామాల భగవద్గీత	36-00
కాళహస్తి గృహవాస్తు చింతామణి	99-00
కాళహస్తి గృహవాస్తు మర్మాలు (బైండు)	63-00
రామరాయవాస్తుశాస్త్రం(ముద్రగడరామారావు)	90-00
ఎం.ఎస్.ఆర్.హనుమాన్‌చాలీసా	10-00
ఎం.ఎస్.ఆర్.సుందరకాండ	80-00
బ్రహ్మంగారిజీవితచరిత్ర (జవంగుల)	125-00
శ్రీ ఆదిశంకరాచార్య దివ్యచరితామృతం	40-00
కాశీరామేశ్వర మజిలీ కథలు	63-00
శ్రీలలితాసహస్రనామము(భాస్కరభాష్యం)	600-00

ప్రకృతిసిద్ధాంతములు-వేదవిజ్ఞానము-ఫలితజాతక సూత్రములు		595-00
ముదుండి విశ్వనాథరాజుగారి గ్రంథములు		
విశ్వకర్మ ప్రకాశము		80-00
ప్రాచీనవాస్తుశాస్త్రాలు-ఆధునికవాస్తుపరిశీలన	,,	250-00
నారద సంహిత	,,	150-00
వాస్తురాజవల్లభము-మూలానువాదము	,,	60-00
మయమతము - వచనము	,,	80-00
బృహత్సంహిత - వచనము	,,	160-00
వాస్తువిజ్ఞానజ్యోతి		......
పురోహిత దర్శని (గోరసవీరభద్రాచార్య)		....
విశ్వకర్మవాస్తువిద్యారహస్యములు	,,	....
వాస్తు విజ్ఞాన చంద్రిక	,,	....
మహాదశా పారిజాతం	,,	....
వాస్తు నారాయణీయం	,,	120-00
యోగావళీఖండం	,,	120-00
ముహూర్తసింధువు		150-00
సర్వార్థచంద్రిక (4భాగాలు)		1208-00
మీరే న్యూమరాలజిస్ట్ (దావూద్)		370-00
నిర్ణయసింధు (2భాగాలు)		590-00
సాయి...	,,	45-00
శ్రీ దుర్గానందలహరి	,,	200-00
ఆరతిసాయిబాబా	,,	11-00
ప్రతిష్ఠకల్పః(సాగి నరసింహమూర్తి)		500-00
తాజుద్దీన్‌బాబా సచ్చరిత్ర		100-00



సుమారు 100 సం॥రాలు నాటి ప్రాచీన ప్రతులు (జిరాక్స్ ప్రింట్)

శ్రీరామ మంత్రానుష్ఠానము	300-00
శ్రీరామనవరాత్రోత్సవకల్పః	300-00
సీతారామ కథా సుధ అయోధ్యకాండ	200-00
సీతారామ కథా సుధ బాలకాండ	150-00
అరణ్యకాండ	100-00
శ్రాద్ధము ఎందుకు పెట్టాలి ? షోడశ సంస్కారములు	200-00
స్మార్త కాపర్ది కారికలు	200-00
నపుంసక సంజీవనము, వైద్య శిరోమణి	200-00
విషవైద్య చింతామణి	200-00
హేమాద్రి సూరిణా ప్రాయశ్చిత్తాధ్యాయః	300-00
సర్వమూలికా గుణరత్నాకరం	300-00
ఆపస్థంబీయ ధర్మసూత్రాలు	300-00
సర్వశాంతి దర్పణం - అపర ప్రయోగ దర్పణం	200-00

మావద్ద లభించు గ్రంథములు...మోహన్ పబ్లికేషన్స్, కోటగుమ్మం,రాజమహేంద్రవరం.

గణకరంజని	200-00
సంతాన దీపిక	200-00
తిథినిర్ణయ కాణ్డః	250-00
ముహూర్త దర్పణం	200-00
జ్యోతిష శాస్త్ర రత్నము (శ్రీపతిజాతక పద్ధతి)	250-00
లఘుతాచకము	200-00
శ్రీ వైఖనస పైతృమేధిక ప్రయోగః	300-00
స్మృతి రత్నాకరము (ధర్మశాస్త్రం)	400-00
జాతకామృతతసారం	300-00
జాతక బోధిని	300-00
సంగీత విద్యాదర్పణం	300-00
సంగీత సర్వార్థసారసంగ్రహం	300-00
ముహూర్త మార్తాండం(టీకతాత్పర్యం)	450-00
జాతకరహస్యం	200-00
రాజమార్తాండం	200-00
ఆయుర్దాయదీపిక	200-00
వైద్యామృతం	200-00
అనుపానమంజరీ	200-00
నవగ్రహశాంతి విధానం-ఉదకశాంతి విధిః	200-00
చికిత్సరత్నము	200-00
స్వరచింతామణి	200-00
ద్వాదశలోహ భస్మవిధానం	200-00
దైవజ్ఞయశో విభూషణం	200-00
అనుపాన రత్నకరము	200-00
కాలామృతము	250-00
దైవజ్ఞకర్ణామృతము	300-00
రసేంద్ర చింతామణి	300-00
రసరత్న సముచ్చయం	300-00
వస్తుగుణరత్నాకరము	300-00
హోరానుభవదర్పణము	360-00
విశ్వకర్మ ప్రకాశిక వాస్తుశాస్త్రము	250-00
స్త్రీజన కల్పవల్లి	450-00
సంగీత సర్వార్థ సంగ్రహం	300-00
సంగీత సుధాసంగ్రహము	250-00
అర్క ప్రకాశము	200-00
సంగీత మార్తాండము	200-00
సంగీత ప్రథమబోధిని	200-00
వైద్యకల్పతరువు	200-00
రసప్రదీపిక	250-00
గణకానందము	250-00

మావద్ద లభించు గ్రంథములు...మోహన్ పబ్లికేషన్స్, కోటగుమ్మం,రాజమహేంద్రవరం.

శ్రీ లలితాసహస్రనామావళిః-వివరణాత్మక భావంతో	200-00
నవచండీ వేదోక్త శ్రీ దేవీ పూజాకల్పం	200-00
శ్రీ గాయత్రీ అనుష్ఠాన తత్త్వప్రకాశిక	360-00
సంగీతమార్తాండము	250-00
సారావళి	360-00
భేషజకల్పము	200-00
గురుశిష్య ఆయుర్వేద వైద్యచింతామణి	360-00
జాతకమణి	200-00
సర్వశకున ప్రకాశిక	200-00
యాజుష ప్రయోగ చంద్రిక	250-00
శిక్షావల్లీ-ఆనందవల్లీ-భృగువల్లీ	300-00
వసంతరాజ శకునము	250-00
తొట్టి వైద్యం	450-00
జ్యోతిష సిద్ధాంత సంగ్రహము (పంచాంగ గణితం)	300-00
సహస్ర యోగప్రకాశిక	300-00
శ్రీవిద్యారహస్యం	290-00
మహర్షుల చరిత్ర 1,3 300+300	
వేంకట సోమయాజీయం అను ధర్మశాస్త్రకాండము	250-00
శ్రీఆంజనేయం	216-00
రాశితుల్యావత్సర ఫలితం	200-00
నాడి జ్యోతిష విశ్లేషణ	400-00
రహస్యకుక్కుటశస్త్రం	300-00
స్త్రీ ధర్మరత్న బాండాగారము	200-00
శైవోత్సవరత్నాకరం	300-00
యాజుషప్రయోగ చిన్తామణి	300-00
సుస్వర ఋగ్వేద ప్రయోగదర్శిని	300-00
ఆయుర్వేద వైద్య సంగ్రహం	300-00
వశిష్ఠ సంహిత	360-00
హోమియోపతి గృహవైద్యం	200-00
వ్రతచూడామణి	300-00
వైశ్యధర్మప్రకాశిక	300-00
ఆలయ నిత్యార్చన పద్ధతి	200-00
స్మృతిముక్తాఫలం	300-00
ఆపస్తంబయల్లాజీయమ్	300-00
జ్యోతిషశాస్త్రసంగ్రహము	200-00
కర్మవిపాకాఖ్యయం	360-00
ముహుర్త రత్నావళి	250-00
సుదివిలోచనం	300-00
ఉత్తర కాలామృతం	200-00
సర్వవిషయ సర్వస్వసంగ్రహం	200-00

(REGISTERED) RNI/DETEL 9234/03 DL(C)-14/1085/09-MPRU(C) 256/2009-

కేవలం SECONDS లో నయం ప్రారంభం అవుతుంది ప్రయోజనం, ఎసిడిటీ నుంచి పూర్తిగా ఉపశమనం!



RANBAXY
GLOBAL CONSUMER HEALTHCARE

సెకండ్లలో ఉపశమనం పూర్తిగా నయం కూడా ...కేవలం పెప్‌ఫిజ్‌తో

ఎసిడిటీతో బాధపడుతున్నప్పుడు, ఎంచుకోండి పెప్‌ఫిజ్. కేవలం పెప్‌ఫిజ్‌లో ఉన్నాయి జీర్ణ తత్వాలు. ఇవి మీకు ఎసిడిటీ నుంచే కాక, దాని కారణంగా వచ్చే గ్యాస్ ఇంకా అజీర్తి నుండి కూడా వెంటనే మరియు పూర్తి ఉపశమనం ఇస్తాయి. సగం గ్లాసు నీటిలో పెప్‌ఫిజ్ వేసి త్రాగాగానే మీ సమస్య బుడగలలాగా మటుమాయం కావటం గమనించండి పెప్‌ఫిజ్‌నే ఎంచుకోండి.





PEPFIZ®
Effervescent Tablet

ఎసిడిటీ మరియు అజీర్తి పని పట్టండి!

మీ సలహాలు మరియు అభిప్రాయాలు మాకు ఈ ఫోన్ల ద్వారా తెలియచేయండి: టోల్ ఫ్రీ (MTNL/BSNL) 1800-11-5353 ఎస్టిడి: 011-64655353 లేదా 0124-4185825.